

地元から始めよう！ 健康づくりと仲間づくり



特集

健康な身体と地域づくり

4月から始めました。

介護予防・日常生活支援総合事業



健康な身体と地域づくり

「若い者にはまだまだ負けません！」

平均寿命と健康寿命

平均寿命が伸び続けています。平成27年の男性の平均寿命は80.75年、女性は86.99年。男性の平均寿命が初めて80歳代に達しました。一方、健康で自立した生活を送ることのできる期間のことを健康寿命と言います。

この二つの言葉の差は、日常生活を自立して送ることが難しい期間、つまり「不健康な期間」を意味し、おおよそ10年前後と言われています。どのように健康寿命を伸ばし不健康な期間を短くするか、これからの人生に向けてとても大切になります。

地域づくりと筋力アップ

今、市内で地域活動「いきいき百歳体操」が急速に広がっています。高齢者が要介護状態になることを可能な限り防ぎ、何事も自分でできるようになることを目的に、2002年、高知県高知市で始まったものです。この体操は激しい運動ではなく、地元で気軽に続けられることが支

持され、市内で36グループが活動をしています。

数か月ごとに体力測定を行うことで、効果が数値として表れます。歩行能力やバランス能力などがアップしたとの報告も。また、地元の人が集まり自分たちで運営することで、地域のつながりが強まり交流の場となっています。

高齢者の未来の救世主

いきいき百歳体操は、年齢を問わず参加できる重りを使った筋力運動の体操です。重りを手首や足首に巻き付け、椅子に座ってゆっくりと動かします。声を出すことでさらに効果アップ。毎日する必要はなく、定期的に行けることで筋力がつきます。

気軽に参加できると新たに始める人も増え、仲間と運動後に会話もはずみます。自分の住み慣れた場所です、これからも楽しく健康に生活を送るために、「いきいき百歳体操」は高齢者の救世主になりつつあります。



地域包括支援センターきずな
北浦匡 (桜井東中学校区)

会場で話をすると「歩く速度が速くなった」など嬉しい声を聞きました。また体操後におしゃべりを楽しむことで、自宅から近い場所でのつどいの場となつています。この体操が地域に根付き、多くの人が長くつづけていけるようにサポートしていきたいと思っています。



上内啓さん
(小夫地区・80歳)

現在、週2回(冬場は週1回)参加しています。外出する際、今まで登るのが大変だった桜井駅の階段も楽に登れるようになりました。周りの人から、最近姿勢が良くなったねと言われます。この体操がきっかけで地元のみんなど集まって話ができる場所になりました。



地域包括支援センターきぼう
土屋千南美 (桜井西中学校区)

現在担当地域13か所です。定期的に体力測定を行い「良くなったわ」という声も多くなっています。地元が集まりだけでなく、イオンでは公共性の高さを活かし地域の枠を超えて行っています。今後も大勢の人が参加できるように応援したいと思います。



丸塚均さん
(三輪地区・68歳)

夫婦で参加していますが、みんなと冗談を言いながら楽しく体操をしています。体力の向上とまではないきませんが維持に大きく役立っています。この集まりが情報交換や交流の場になっており、欠席者がいると「どうしたのかな？」と確認し合える機会になっています。



筒花亮一さん
(西之宮地区・85歳)

この体操は1つ1つの動作は難しくありませんが、長く続けることに意味があります。今はとても日常生活が楽になりました。また、毎週集まることで地域の仲間とのつながりが強くなりました。回数を重ねるごとに新しい仲間も増えてとても楽しいです。

いきいき
百歳体操

地域の参加者とサポートした地域包括支援センターのみなさんの声を聞きました。

今、桜井市全体に笑顔の輪が広がっています。あなたも参加してみませんか。興味のある人は地域包括支援センターまで。



地域包括支援センターひかり
松本利博 (大三輪中学校区)

「今日、体操の日やで。一緒に行く」と声が聞こえる大三輪中学校区。現在12か所で開催されています。この体操が情報交換の場に発展することもあり、地域力の大切さを感じます。開始1年が経ち、地域の居場所の確保や機能低下予防としての存在が確立されていきます。



山口朝正さん
(橋本地区・72歳)

初めは体操を最後まですることが大変でしたが、一年間続けた現在、余裕を持って楽しくできるようになりました。他の参加者が新しい仲間を誘って少しずつ増えています。今後はもっといろいろな体操を覚えていきたい、新しいことに挑戦したいと思っています。



地域包括支援センターのぞみ
岩崎信代 (桜井中学校区)

現在担当地区では6グループが活動をしています。週に一度同じ場所に集い、体操活動を通じて健康増進と、お互いの絆を深めることが目的です。これからも住民同士がネットワークを築き、地域に根差したグループが増えていくためのお手伝いのできると思っています。

4月から始まりました。 介護予防・日常生活支援総合事業

	高齢者数	認定者数	認定者率
平成 12 年度	11,651 人	1,336 人	11.47%
平成 22 年度	14,691 人	2,584 人	17.59%
平成 27 年度	16,746 人	3,267 人	19.51%
平成 37 年度	17,298 人	4,361 人	25.21%

年々高齢者数は増え続けています

団塊の世代が75歳以上になる平成37年にかけて、ひとり暮らしや高齢者夫婦のみの世帯、また、認知症の高齢者が増加していくことが予想されます。

高齢者が住み慣れた地域で生活をするためには、介護保険制度だけではなく、となり近所やボランティアによる支援など、地域全体で支え合っていくことが大切です。また高齢者自身も、自分なりの社会での「生きがい」や「役割」を持つなど、介護予防に努めることが必要です。



一人ひとりにあった

介護サービスの選択肢が広がります

介護予防・日常生活支援総合事業は、65歳以上のすべての人を対象とした介護予防事業です。要介護認定を受けていなくても、一人ひとりの状態に応じた柔軟なサービスを利用できるようになりました。これまで要支援認定の人が利用していた介護保険サービスのうち、「デイサービス」と「ホームヘルプサービス」が総合事業に変わります。

※要支援・要介護認定を受けている人のサービスがなくなるわけではありません。

ここがポイント！

<今までは>

介護予防
通所介護

→

予防型デイサービス

(入浴、排せつ等の介助や機能訓練を行うデイサービス)

機能訓練デイサービス

(半日程度の機能訓練に特化したデイサービス)

ミニデイサービス

(半日程度の日常生活の支援を行うデイサービス)

介護予防
訪問介護

→

予防型身体ヘルプサービス

(入浴、排せつ等の身体介護を含むホームヘルプサービス)

生活援助ヘルプサービス

(生活援助のみを行うホームヘルプサービス)

<4月1日から>

基本チェックリスト（一部）

に が入りましたか？

チェックが入った人は、何らかの機能低下の可能性がります。気になる人はご相談ください。



チェック内容	はい	いいえ
バスや電車で1人で外出していますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15分位続けて歩いていますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
友人の家を訪ねていますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
日用品の買い物をしていますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6か月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
この1年間に転んだことはありませんか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
今日が何月何日かわからないときがありますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



サービスを利用して介護予防に取り組みましょう

心身状況等を確認する25の質問項目の「基本チェックリスト」に基づき、日常生活に支障がないかを確認します。その結果をもとに、地域包括支援センターの職員と一緒に、自身の能力を維持向上するために、適切な総合事業のサービスを計画し、調整します。

目標をもって取り組みましょう

介護予防には、サービス利用後の自身の生活をイメージすることが重要です。「いつまでに」「どのような生活機能ができるようになる」という形の目標をもって、サービスを利用して介護予防に取り組みましょう。

これからの介護予防は

現在は、介護事業所によるサービスが主体ですが、地域の人やボランティア団体等の自主的な活動を支援していくことが総合事業の目的の1つです。積極的に、身近な場所での介護予防に取り組みましょう。

地域の相談窓口「地域包括支援センター」を利用しましょう

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることができるように、必要な援助・支援を行う地域の相談窓口です。

桜井市役所 高齢介護保険係 (大字栗殿 432 - 1 ☎ 42 - 9111 内線 286・287)

桜井東中学校区 地域包括支援センターきずな (大字出雲 1642 ☎ 44 - 3655)

桜井西中学校区 地域包括支援センターきぼう (大字阿部 323 ☎ 46 - 1023)

桜井中学校区 地域包括支援センターのぞみ (大字阿部 1070 ☎ 42 - 5590)

大三輪中学校区 地域包括支援センターひかり (大字辻 53 ☎ 45 - 3651)

軽自動車税のグリーン化特例（軽課）

☎ 税務課市民税係（☎ 42 - 9111 内線 571）

平成 27 年度税制改正で実施されたグリーン化特例（軽課）について、特例措置が 1 年間延長になりました。平成 28 年 4 月 1 日～平成 29 年 3 月 31 日までに新規取得した車両で、排出ガス・燃費性能に優れた三輪、四輪の軽自動車が、下表のとおり減税の対象となります。

車種・排気量等		税額				
		標準税率	グリーン化特例（軽課税率）			
			(ア)	(イ)	(ウ)	
三輪（総排気量 660cc 以下）		3,900 円	1,000 円	2,000 円	3,000 円	
四輪以上 （総排気量 660cc 以下）	乗用	自家用	10,800 円	2,700 円	5,400 円	8,100 円
		営業用	6,900 円	1,800 円	3,500 円	5,200 円
	貨物用	自家用	5,000 円	1,300 円	2,500 円	3,800 円
		営業用	3,800 円	1,000 円	1,900 円	2,900 円

電気自動車・天然ガス軽自動車（H21 年排出ガス 10%低減）：（ア）
H17 年排出ガス基準 75%低減達成（★★★★）かつ
H32 年度燃費基準 +20%達成車：（イ）乗用
H27 年度燃費基準 +35%達成車：（イ）貨物用
H32 年度燃費基準達成車：（ウ）乗用
H27 年度燃費基準 +15%達成車：（ウ）貨物用
（イ）（ウ）は、ガソリンを内燃機関燃料とする軽自動車のみ。

5 月は消費者月間です
「行動しよう 消費者の未来へ」

☎ 市民協働課市民生活係（☎ 42 - 9111 内線 529）

私たちは毎日物を買ひ、サービスを受けて生活している「消費者」です。多様化するライフスタイルに合わせ、様々な商品や新しいサービスが次々と生まれる一方で、複雑な契約や、思いもよらぬ製品事故など、新たな消費者トラブルも増加しています。



トラブルを防ぐためには、消費者自身が適切な情報を収集し、活用する能力を身につけることが重要です。

5 月の消費者月間中、全国各地で消費者イベントが開催されます。この機会に「消費者」としての自分を見つめなおし、もしトラブルに巻き込まれたときにはどうするかなどを身近な人たちとよく話し合い、トラブルに巻き込まれないように注意しましょう。

消費者啓発パネル展

- ▶内容 最新の悪質商法の手口やワンポイントアドバイスを多数紹介したパネル展
- ▶日時 5 月 10 日(水)～ 19 日(金)
- ▶場所 市役所本庁舎 1 階玄関ロビー



児童福祉週間をご存知ですか？

☎ こども未来課（☎ 47 - 4405）

子どものすこやかな成長について考えることを目的に、こどもの日から 1 週間は児童福祉週間と定められています。家庭や地域の子育てについて考えるきっかけにしてください。すべての子どもが、家庭や地域で夢と希望を持ち、個性豊かにたくましく育っていただけるような環境・社会を作っていきましょう。



民生児童委員の活動

民生児童委員は、地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように見守り、子育て支援に関わっています。日ごろから、保健福祉センター「陽だまり」での子育て講座や、つどいの広場の託児に協力してもらっています。

児童福祉週間にも、乳幼児健康診断の会場で、子どもたちと遊んだり、相談機関の案内や児童虐待防止の啓発を行います。つどいの広場などの子育て支援の場や地域で出会ったときには気軽に声をかけてください。

里山ボランティア養成のための学校
in 山野草の里

☎ 農林課（☎ 42 - 9111 内線 346）

里山の保全に関心のある人を対象に、活動を始めるきっかけづくりをします。初めての人でも大丈夫。自然豊かな山野草の里で、楽しく学びましょう。

6/10(土)	開講式、講義「里山林について」、里山林の観察
7/8(土)	安全講習、講義「ボランティア活動について」
8/12(土)	講義「刈払機等の安全講習」、刈払機の実習
9/9(土)	講義「里山林の作業」、竹林整備・間伐作業の実習
10/14(土)	農作業・クログリ整備体験、山野草園探索・植栽
11/11(土)	ビオトープの活動、修了式、意見交換

時間はすべて午前 10 時～午後 3 時頃

- ▶場所 大字三谷 528「山野草の里」（駐車場あり）
- ▶費用 全 6 回 3,000 円（ただし 9/30、10/7 にチェーンソー資格講習を受講する場合は、別途 13,571 円）
- ▶定員 20 人程度（申込先着順）
- ▶申込方法 FAX または E メールに、住所・氏名・電話番号・性別・年齢を記入のうえ、6 月 5 日(金)までに NPO 法人山野草の里づくりの会の村上（FAX 0745 - 23 - 0383・E-mail: murakamy@maia.eonet.ne.jp）へ申し込んでください。



一生懸命作った料理をおいしく食べよう！ わくわくクッキング

☎ 社会教育課生涯学習係 (☎ 42 - 9111 内線 608)

小 学校低学年でも作れる料理を、子どもたちだけで作ります。(保護者の付き添いは可)

6/24 ⊕	チャレンジしよう！夏にぴったりおいしいおやつ
9/16 ⊕	作ってみよう！給食メニュー（※親子で作ります）
12/ 2 ⊕	楽しく作ろう！パーティーメニュー

※多彩な食材を使用しますので、アレルギー等ある人は問い合わせてください。



- ▶ **時間** 午前9時30分～11時30分
- ▶ **対象** 小学生とその保護者12組（申込多数の場合抽選）
- ▶ **費用** 各回材料費が必要（当日集金）
- ▶ **講師** 学校給食センター栄養教諭
- ▶ **場所** 中央公民館2階調理実習室
- ▶ **申込方法** ハガキまたはFAXに、①受講したい講座名②住所③氏名（ふりがな）④年齢⑤電話番号を記入のうえ、5月31日Ⓞまでに社会教育課（〒633-8585 大字粟殿202・FAX 45-0962）へ。
- ※申込締切後、受講票を返送します。開催前日になっても通知がない場合は、問い合わせてください。

平成29年度 発掘調査速報展 [50cm下の桜井]

☎ 埋蔵文化財センター (☎ 42 - 6005)

桜 井市の文化遺産をより身近に感じてもらえるよう、市内の発掘調査で出土した遺物を展示・公開しています。この展示をとおして、市内の文化遺産に興味を持つきっかけにしてください。

- ▶ **期間** 10月1日Ⓞまで
- ▶ **休館日** 毎週月・火曜日（祝日の場合は開館、翌日休館）
- ▶ **時間** 午前9時～午後4時30分（入館は午後4時まで）
- ▶ **場所** 埋蔵文化財センター1階展示収蔵室
- ▶ **入館料** 一般200円/小・中学生100円
（団体割引あり、市内の小・中学生は無料）

関連イベント【発掘調査報告会】

速報展で展示する大藤原京関連遺跡、吉備池遺跡、三輪遺跡の発掘調査でわかった最新の成果を報告します。

- ▶ **日時** 9月9日Ⓞ午後1時30分～3時30分
- ▶ **場所** 埋蔵文化財センター2階多目的室

※事前申込みは不要ですが、聴講には入館料が必要です。



地方公会計制度における 財務書類を作成

☎ 財政課 (☎ 42 - 9111 内線 321)

地 方公会計制度に基づき、平成27年度決算による財務書類4表（貸借対照表・行政コスト計算書・純資産変動計算書・資金収支計算書）を作成しました。これにより、これまでの財政運営の結果である市の資産や借入金等のストック情報や行政サービスの提供に要したコスト情報等、従来の決算書だけでは把握が難しかった財務情報を補うことができます。

なお、市ホームページに、財務書類4表、用語説明、財務指標を活用した分析などを掲載しているほか、市役所3階情報公開コーナーでも閲覧できます。

財務書類の作成基準

【作成モデル】 基準モデルに基づく

【作成基準日】 平成28年3月31日（平成27年度末日）

【対象会計の範囲】

- ・ **普通会計**：一般会計および住宅新築資金等貸付金特別会計
 - ・ **単体会計**：普通会計、下水道事業特別会計、国民健康保険特別会計、駐車場事業特別会計、簡易水道事業特別会計、介護保険特別会計、後期高齢者医療特別会計、水道事業会計
 - ・ **連結会計**：単体会計、（一財）桜井市医療センター、（一財）桜井市清掃公社、（公財）桜井市文化財協会、（公財）桜井市体育協会、桜井宇陀広域連合、奈良県後期高齢者医療広域連合
- ※連結対象となる会計・法人間で行われた補助金や繰出・繰入金等の取引を相殺消去しています。

普通会計概要版

貸借対照表

資産	1,018.8 億円	負債	261.8 億円
市が所有している財産の内容と金額です。行政サービスの提供能力を示しています。		借入金（地方債）や将来の職員の退職金など、将来世代の負担で返済していく債務です。	
資金 9.6 億円		地方債（短期・長期） 223.9 億円	
金融資産 27.6 億円 （基金、出資金、税等未収金・貸付金など）		退職給付引当金 32.1 億円	
事業用資産 342.2 億円 （庁舎、学校、幼稚園、保育所、市営住宅など）		流動負債など 5.8 億円	
インフラ資産 639.4 億円 （道路、公園、グリーンパークなど）		純資産	757.0 億円
		これまでの世代がすでに負担して、支払いが済んでいる正味の資産です。	

単体会計概要版

単体貸借対照表

資産	1,358.9 億円	負債	429.7 億円
		純資産	929.2 億円

連結会計概要版

連結貸借対照表

資産	1,366.3 億円	負債	431.6 億円
		純資産	934.7 億円

行政情報

住宅等に関する補助事業

次の要件を満たす木造住宅の耐震改修および診断に、補助を行います。

▽対象となる住宅

(共通)

- ・昭和56年5月31日以前に着工された木造住宅で一戸建てまたは長屋および共同住宅
- ・地上2階までの住宅
- ・過去に本事業の補助金や診断を受けていないこと

- ①木造住宅の耐震改修事業
 - ・耐震診断による上部構造評点が0.7未満であった住宅
 - ②木造住宅の耐震診断
 - ・在来軸組工法の木造住宅
 - ・延べ床面積が250㎡以下の住宅
 - ・12月末までに完了する診断
- ▽対象工事(耐震改修)
- ・耐震診断による上部構造評点を1階または全ての階を0.7以上に耐震補強工事の経費が50万以上の工事
 - ・12月末までに完了する工事
- ▽募集件数 ①3件②15件
- ※抽選での選考。募集件数に満たない場合は、随時受付します。
- ▽申込期間

- ①5月15日(月)～31日(水)
 - ②5月8日(月)～31日(水)
- ▽申込方法 対象となるかどうかを必ず電話で確認した後、窓口で申込んでください。
- 申・問 営繕課(☎内線217)

民間建築物吹付けアスベスト等分析調査事業

アスベスト等の使用実態を把握し、被害の防止と早急な除去のため、補助金を交付します。

▽対象住宅 市内で吹付けアスベスト等が施工されている可能性がある建築物

▽対象者

- ・補助対象建築物の所有者またはその同意を得た人(共有の建築物は全員の同意が必要)
- ・過去に分析調査に関する補助金が交付されたことのない人
- ・市税等を滞納していない人
- ・暴力団員とその関係者でない人

▽対象調査 施工されている吹付け建材についてのアスベスト等含有の有無にかかる定性分析調査およびアスベスト等の含有量分析調査のいずれか一方またはその両方の調査

※12月末までに完了報告書を提出すること。

▽募集件数 1件(抽選選考)

▽申込期間 5月1日(月)～31日(水)

※(申込がない場合は、その

後も随時受付します)

▽申込方法 電話で内容を確認した後、営繕課窓口で申込み。

申・問 営繕課(☎内線217)

住宅改修に伴う固定資産税の減額措置

次の一定の改修が行われた既存住宅について、翌年度分の固定資産税額を減額します。

▽対象となる改修 ①バリアフリー改修 新築された日から10年以上経過した住宅 ②省エネ改修 平成20年1月1日以前に建てられた住宅 ③耐震改修 昭和57年1月1日以前に建てられた住宅(共同住宅を含む)

▽減額内容 ①②は、翌年度分の固定資産税額の3分の1、③は2分の1を減額

▽適用範囲 1戸あたり、①100㎡相当分まで、②③120㎡相当分まで(住宅部分に限る)

▽申請期間 改修後3か月以内

※それぞれの減額措置に関する必要書類、対象家屋、改修時期の条件等については問い合わせてください。

申・問 税務課固定資産税係(☎内線543)



そろそろかな?という方も、お気軽にご相談下さい。

この機会に家族の方と一緒にどうぞ...

☎お電話でのご予約も受付中です~♪

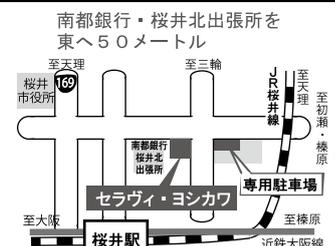
補聴器の相談会

5月 / 12(金) 13(土) 14(日)

補聴器 TEL 0744-42-7105

メガネ セラヴィヨシカワ

桜井市粟殿1007-18 営業時間 AM10:00~PM7:00(木曜定休) 駐車有り



南都銀行・桜井北出張所を東へ50メートル

学校法人 大三輪幼稚園

年少~年長学年 **入園募集中**

保育見学受付中

社会福祉法人 幼保連携型 **桜井認定こども園三輪学園**

教育方針

- 年齢と発達に則した基本的な生活習慣を身につける。
- 就学前教育で学習の土台をつくる。

知育

たし算・ひき算・九九・ことわざ
文字の読み書き・英会話
鍵盤ハーモニカ・和太鼓・マーチング

体育

ラジオ体操
マラソン・スイミング
体育ローテーション

徳育

あいさつ・靴を揃える
物を大切にするなど
基本的な生活習慣を身につける

食育

菜園・お料理体験
お箸の持ち方

0歳児~5歳児 **入園募集中**

保育見学受付中!

保育時間: 午前7時~午後7時

☆お気軽にお問い合わせ下さい

桜井市 管中 994-1
0744-43-7291

選挙人名簿抄本閲覧の公表 (平成 28 年度) 問 選挙管理委員会 (☎内線 241)

閲覧者氏名	閲覧理由	年月 (閲覧範囲)
(株) 地域社会研究所	世論調査のため	4/26 (194 名)
中村 昭	政治活動のため	5/2 (市内全域) 12/22 (市内全域)
吉田 忠雄	政治活動のため	5/16 (大字栗殿、朝倉台全域)
(一社) 新情報センター	統計調査のため	5/31 (大字穴師、大字箸中) 11/8 (大字大泉) 2/14 (大字芝)
(一社) 中央調査社	世論調査のため	8/30 (大字阿部)
(一社) 共同通信社	世論調査のため	9/16 (第 1・第 8 投票区)
朝日新聞社	世論調査のため	11/1 (第 22・第 29 投票区)

▽実施日 5月14日～6月11日の各日曜日(雨天等で中止する
場合、5月14日・21日受付
分は6月11日に、それ以外は
6月18日に変更)
※少雨決行をお願いしています
が、やむを得ず中止する場合
は、必ず区長・総代を通じて
申込先に連絡してください。

春季河川清掃

※泥と草は分別し、通行の妨げ
にならない場所へ出してくだ
さい。一般家庭ごみや粗大ご
みは回収できません。
環境部 (☎45・2001)

水洗化のお願い

清潔で快適な生活と河川の水
質改善のため、下水道が使える
地域では、全家庭すみやかに接
続してください。
なお、接続工事は市指定工事
店に依頼してください。下水道
使用料は、2か月に一度水道料
金とともに支払ってください。
問 下水道課 (☎42・9211
内線41・49)

市排水設備等工事指定
工事店の新規登録

下水道の宅内排水設備は、市
指定工事店しか工事をすること
ができません。登録がまだの人
は、この機会にしてください。
なお、登録には専属の桜井市排
水設備等工事責任技術者が1名
以上必要です。
▽申込方法 5月1日(月)～31日
④までに、上下水道部3階下
水道課に新規登録申請書を提
出してください。申請書は市
ホームページ「申請書ダウン
ロード」から取得できます。

▽新規登録料 10,000円
問 下水道課維持管理係 (☎42
・9211内線41・49)

市内製材木利用促進事業

木材産業の振興と森林資源の
循環、保全のために、自宅を新
築、増築、改築する際、県産材
や市内製材木を一定量以上使用
し、所定の基準を満たす人に最
大で20万円分の奨励金を交付し
ます。詳しくは市ホームページ
で確認するか、事前に問い合わ
せてください。
申・問 商工振興課 (☎内線
351)



工業統計調査を実施

製造業を営む事業所を対象
に、経済産業省が6月1日現在
の工業統計調査を実施します。
1年間の製造品の出荷額、原
材料使用額などを調査し、製造
業の実態を明らかにするもの
で、5月中旬から6月にかけて
調査員が訪問します。調査票の
秘密は厳守されますので、正確
に記入してください。
問 商工振興課 (☎内線351)

医療費の支払いで困ったら...



地域の医療と福祉を支える
社会福祉法人

恩賜財団 済生会中和病院
Tel 0744-43-5001

奈良県桜井市大字阿部323 (病院代表)

まずは、おはなしにいらっしゃいませんか? お困り ご心配 不安な方

- ・健康保険証をお持ちでない方
- ・病気や障害、失業などで収入がなくなり、医療費の支払いが心配な方
- ・「医療費が払えない」と、治療を受けずに悩んでいる方

相談支援センターが、お悩み解決のお手伝いをします。

まずは、お気軽にご相談ください!!

放射線治療棟2F相談支援センター

医療費の相談の予約受付時間(月～金)9:00～17:00

どんなお車でも買取致します

高価買取



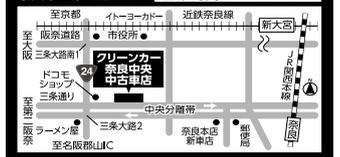
「わがクルマ見た
とど伝えたい」
先着10名様
買取最低額
保証致します!!
登録車.....15,000円
軽自動車... 7,000円
*リサイクル料金込みの金額です
*ご来店頂いたお客様に限ります

奈良中央三菱自動車販売株式会社

クリーンカー奈良中央

無料電話 0800-888-1174

古物商許可番号 奈良県公安委員会 第641010001019
奈良市三条大路1-7-3 営業時間 9:00～19:00





募集

▽場所 中央公民館1階ロビー
▽内容 絵画、書芸などの展示
▽期 社会教育課内桜井市文化協会事務局 (☎内線608)

自衛官等募集

- ①幹部候補生一般 (大卒程度・院卒者)
 - ②幹部候補生歯科・薬剤科
 - ③自衛官候補生
 - ④技術海上幹部・技術航空幹部
- ▽受付期間 ①②5月5日まで、③随時、④5月26日まで
※詳細は問い合わせてください。
申・問 自衛隊天理募集案内所 (☎0743-63-2540)

大催し・講座

第84回 ランチタイム
コンサート

「母の日によせて」

- ▽日時 5月11日(木) 午後0時15分～0時45分
- ▽場所 市民会館ロビー
- ▽出演者 平方充子さん(ソプラノ)、村井美伸さん(ピアノ)
- ▽文化を考える桜井市民の会 (☎090-6751-5708)

市文化協会春季特別展

- ▽開催日 5月13日(土)～21日(日) (最終日は午後4時まで)

市観光協会主催事業

- ①万葉ゆかりの地 味酒三輪の里を歩くハイキング
- ▽開催日 5月の全日曜日
- ▽集合時刻・場所 午前9時45分・JR三輪駅
- ▽費用 無料(予約不要)
- ▽コース(約3km) JR三輪駅→大神神社→大美和の杜展望台→恵比須神社→古い商家街並み→JR三輪駅(正午頃解散)

②桜井駅南エリアの歴史街道と有名社寺を巡るコース

- 歴史的な町並みや等彌神社、上之宮遺跡など記紀万葉ゆかりの地をボランティアガイドが案内します。
- ▽日時 5月14日(金)
 - ▽集合時刻・場所 午前9時30分・JR桜井駅南口
 - ▽費用 無料
 - ▽定員 20名(申込先着順)
 - ▽コース(約5.7km) 桜井駅南口→保田與重郎生家→魚市場跡→等彌神社→上之宮遺跡→安倍文殊院→土舞台→若櫻神社→桜井駅南口(正午頃解散)

- ▽申込方法 電話またはFA

X、メールに郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・性別を記入のうえ、5月8日(日)までに左記へ。
申・問 (一社) 桜井市観光協会 (☎ FAX 42-7530・E-mail: kyokai@sakurainkanko.jp)

第67回 鎮守の森を
観に行こうかい

- ▽赤糸の小道を往く
- ▽開催日 5月28日(日)
- ※雨天決行
- ▽集合場所・時刻 JR桜井駅南口前広場・午前8時50分
- ▽JR巻向駅前・午前9時15分
- ▽定員 50名(申込先着順)
- ▽費用 500円(中学生以下は無料。当日集金)
- ▽コース JR桜井駅→JR巻向駅→箸墓古墳→芋環塚→建敷神社→芝・陣屋跡→狐塚古墳→神御前神社→富士・巖島神社→大美和の杜展望台→狭井神社→久延彦神社→若宮社→大神神社・夫婦岩
- ▽持ち物 弁当、水筒、雨具等
- ▽申込方法 往復ハガキに住居、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、左記へ。

- 申・問 森とふれあう市民の会事務局 (〒633-0001 大字三輪512・☎090-3281-1706担当:川端)

Nice Day,s Together!

大和信用金庫

<http://www.yamato-shinkin.co.jp>

やましん 検索

- 本店 0744-42-9001 桜井市桜井281-11
- 本町出張所 0744-42-2555 桜井市桜井931
- 桜井北支店 0744-45-3780 桜井市川合272-2

質・玉置質店

FGA英国宝石学協会認定資格

tamaki78.com

0744-42-2136

桜井市桜井841(本町通5) 定休日 火曜日・12日

広告

いきいき筆アート教室

筆を使った作品づくりを中心に、水彩画を描いたり、自分の思いを字に表現したりします。

▽日時 5月30日から毎週火曜午後2時～3時30分

▽場所 桜井市活き生き広場(大字桜井173・3)

▽講師 新井博子さん

▽対象 市内在住60歳以上の人
▽定員 30名

▽申込方法 往復ハガキに①教室名②住所③氏名(ふりがな)

④電話番号を記入のうえ、5月16日④までに左記へ

※教材費のみ負担あり。
※申込多数の場合は抽選。結果は通知します。

申・固 高齢福祉課(☎内線282)

第12回 市民ふれあい福祉まつり

心身に障がいのある人をはじめ、どの世代も楽しくふれあえる企画がたくさんあります。



▽日時 6月3日(土)

午前10時～午後2時

▽場所 桜井市グリーンパーク
▽内容 ふれあいイベント・輪投げ・手話の歌・飲食バザー等

▽問い合わせ 市民ふれあい福祉まつり実行委員会(社会福祉協議会内)
(☎42・2724)、社会福祉課(☎内線272・273)

生涯学習講座

①市民ふるさと講座

豊かな自然環境や歴史・文化に目を向け、現地で本物にふれながら桜井市の魅力を学びます。

●5月25日(土)「春雨つくりの工法開発」森井芳子さん(森井食品)

●7月13日(土)「出雲人形の歴史と伝承」水野佳珠さん

●9月28日(土)「桜井の古道・万葉の歌碑散策」林勤さん(桜井市観光協会会長)

●10月26日(土)「市内の遺跡を訪ねて」市文化財課職員

●11月9日(土)「歴史と文化財」長谷寺住職

▽時間 午後1時30分～4時

▽定員 66名

▽費用 原則無料

▽申込締切日 5月19日(金)

②かがやきセミナー

●6月14日(土)三光丸クスリ資料館

●7月26日(土)グリーグピア神戸・神戸ワイナリー

●10月19日(土)榎原市昆虫館

●11月15日(土)宇陀市松山の町家

▽定員 19人

▽費用 無料

▽申込締切日 5月31日(土)

▽申込方法 ①②共通) ハガキまたはFAXに①受講したい講座名②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入のうえ、左記へ。

申・固 社会教育課(〒633・8585 大字粟殿202・FAX45・0962)

県立二階堂養護学校 教育相談・体験学習

障がいのある児童や生徒の保護者に、就学や療育・教育についての相談、体験学習を行います。

▽実施日(いずれも要予約)

◆教育相談(時間は要確認)
(小学部) 毎週月・火・水・金
(中学部) 毎週火・木・金
(高等部) 平日

◆学校見学会
(小学部) 5月11日(土)
(中学部) 6月7日(土)
(高等部) 11月16日(土)

◆体験学習
(小学部) 随時
(中学部) 毎週火・木・金
(高等部) 教育相談後、随時

▽問い合わせ 県立二階堂養護学校(☎0743・64・3081)

0743・64・3081

電気と水道のエキスパート店

- ベテランの職人が丁寧に施工します。
- ご相談やお見積りは完全無料です。
- 小工事でも喜んで工事致します。

おすすめでんき 桜井市指定業者

大隅電気 0744-42-3190

桜井市大福 143

大阪老物 **キャベツ焼き**

焼き処

1枚150円(税込)

イベント出店もいたします。*10枚以上のご注文は市内限定で配達いたします。(要予約) 桜井市谷245-1

TEL.090-3843-8989

キャベツ焼 焼き処

同じことを100回聞かれても親切・丁寧にお応えする

初心者シニアのための **パソコン教室**

パソコン教室ホエール

桜井駅北口から一つ目の信号を右折後すぐ!

住 所 桜井市川合268鯉ヶ淵ビル2F

休 校 日曜日・祝日・毎月29日以降

受付時間10:00~17:00

URL http://www.whale39.net/

0744-42-0370

わが家に塗装は必要? 塗装費用はどれ位? などの悩みがありましたら...

外壁塗装 屋根塗装 のプロタイムズ

調査・診断 お見積もり **無料パック**

をご利用ください!

お申込後のキャンセルOK! 必ずお申し込み後のキャンセルもOKです。また、調査・診断・お見積もり後の無償作業やしつこい営業はいたしません。後程にお問い合わせ。お申し込みください。根拠のある正確な見積もりをお出しするために、お見積もりに際しては必ず調査・診断を行います。調査・診断のないお見積もりは承りかねますのでご了承ください。

プロタイムズ 桜井店

味波塗装株式会社

〒633-0001 奈良県桜井市三輪 983-2

0120-924-373

広告

**県立明日香養護学校
学校見学会**

▽日時 5月25日(㊦)
午前9時～正午

▽対象 肢体不自由を有する幼児・児童・生徒および病弱教育(高等部) 対象の生徒とその保護者や関係者

申・問 県立明日香養護学校
(☎54・3380)

お知らせ

クールビズを実施します

環境諸事情に配慮するため、市役所庁舎内の冷房時の室温を28℃に設定し、軽装で勤務します。ご理解・ご協力をお願いします。

▽期間 5月1日(㊦)～10月31日(㊦)

人事課 (☎内線316)

6月からコミュニティバスのルートを変更

平成27年6月から行ってきたコミュニティバス循環線の実証運行の結果を受け、6月から次のとおり路線を変更します。

- ◆北循環路線 (桜井駅北口～イオン桜井店) : 路線廃止
- ◆南循環路線 (桜井駅北口～済生会中和病院) (桜井駅南口) : 現行通り

◆西北部循環路線 (桜井駅北口～イオン桜井店) (巻向地域)
: 平日増便、休日運行開始

北循環路線は廃止になります。ルートはすべて西北部循環路線でカバーされます。詳しい路線図や新時刻表は、広報わかざくら6月号に折込みます。

行政経営課 (☎内線256)



**労働委員会委員による
無料労働相談会**

労働者側・使用者側・中立の立場の3名の労働委員会委員が相談員となり、労働条件や労働関係に関する相談を受けます。前日までに予約が必要です。

▽日時 原則として毎月第2木曜日 午後3時～4時(8月と1月は第4木曜日に実施)

▽場所 県奈良総合庁舎(奈良市法蓮町)

▽対象 県内在住・在勤の労働者および事業主

申・問 奈良県労働委員会
事務局 (☎0742・204431)

住宅用火災警報器の設置

住宅火災による死亡原因の1位は逃げ遅れです。すべての住宅に火災警報器の設置が義務付けられています。まだの家庭は早急に設置してください。警報器の電池の寿命は約10年です。この機会に点検しましょう。

また、住宅用火災警報器の悪質訪問販売に注意してください。消防署員や団員が訪問販売したり、特定の業者に販売を委託することはありません。

問 桜井消防署 (☎424119)

善意銀行 (3月分)

市民のみなさんからの、金銭や物品などの善意の気持ちをお預かりし、福祉事業への援助に活用しています。

・いろいろ花つづみプログラム
事業代金 平和橋会様 50,000円
・シヨクジュカイ様 38,000円

▽預け入れ先 善意銀行(社会福祉協議会内) ☎422724・社会福祉事務所

▽預け入れ先 善意銀行(社会福祉協議会内) ☎422724・社会福祉事務所

輝け! Only One
学校法人 敷島学園 さくら幼稚園
桜井市粟殿 480-1 (桜井市役所すぐ東) TEL0744-42-6032
ホームページ <http://www.sakura-yochien.ed.jp/>

入園説明会と見学会
7/10(月)・7/15(土)・9/6(水)
いずれも 10:00~11:30
・入園願書交付
・受付もできます
英会話・茶道・絵画・体育・器楽

Kioオープンガーデン
幼稚園の紹介と子育て支援を目的に、Kioオープンガーデン(園庭開放)を実施しています。就園前のお子様と一緒にお気軽にご参加ください。
●日程: 5月12日(金)【幼稚園の先生と一緒に遊びましょう】
5月25日(木)【絵本の広場】(絵本の読み聞かせ)
※6月以降も開催予定です。詳しくはHPをご覧ください。
●時間: 午前9時30分～午前11時30分
●参加費: お一人様50円(保険料含む) <お子様と保護者様2名で参加の場合100円>
●予約: 準備の都合上、できるだけご予約をお願いします。
●その他: お車で越しの際は、地下駐車場をご利用下さい。

●教育理念 ●特色
徳をのばす 識央大学との連携
知をみがく 通園バス送迎有り 給食有り
美をつくる 預め保育(長期休業中も有り)
特別指導(英語・体操・音楽・茶道)
課外教育(体操・ピアノ・ソルフェージュ・英語)

TEL 0744-45-0151 FAX 0744-55-1501
〒633-0004 桜井市朝倉台西5丁目1093-321 <http://www.kio.ac.jp/kiokinder/>

識央大学付属幼稚園

広告

済生会中和病院内
病児保育所(さくらんぼ)

▽利用日時 月～金の7日間以内(午前8時～午後6時)

※初日のみ午前8時45分～診察

▽対象 市内在住の生後6か月～小学校就学児童(発熱、咳、鼻水など、日常よく見られる病気が対象です)

▽費用 2,000円/日(所得により変動あり)

※受付期間や事前手続き等詳細は問い合わせてください。

▽問 児童福祉課(8内線283)・済生会中和病院総務課(☎43・5001)

🏸 スポーツ

市歩(こう)会

～和佐又山～

▽日時 5月28日⑩ 午前7時30分・桜井駅北口集合

▽コース(約12km・5時間30分) 貸切バス:和佐又山登山口

↓和佐又山(1,344m) ↓登山口:貸切バス

▽定員 25名

▽費用 3,900円(バス代含)

▽申込締切日 5月24日⑩

申・問 総合体育館(☎45・0609)

第57回 市民体育大会

【市民ソフトボール大会】

▽開催日 6月4日⑩・11日⑩(予備日18日⑩)

▽場所 芝グラウンド

▽対象 18歳以上の市内在住・在勤の人(高校生は除く)

▽チーム編成 監督を含め20名以内の男女、混合も可(ただし50歳以上の男性2名または女性2名が出場していること)

▽申込締切日 5月23日⑩

※平成29年度市ソフトボール協会に登録しているチームは出場できません。

※抽選は5月26日⑩午後7時30分～総合体育館で行います。

【市民グラウンド・ゴルフ大会】

▽日時 6月3日⑩(雨天中止) 午前8時45分～受付開始

▽場所 芝グラウンド

▽対象 市内在住・在勤の人

▽種目 一般男女別

▽申込締切日 5月23日⑩

【市民卓球大会】

▽日時 6月18日⑩ 午前8時45分～受付開始

今月の市税・保険料

■軽自動車税(全期分)

■固定・都計税(全・1期分)

納期限 5/31(水)

納め忘れのないよう、注意してください。

平成29年度 市民体育大会等行事予定(6月～8月)

6/3 ⑩	市民グラウンドゴルフ大会
6/4 ⑩	市民ソフトボール大会(1日目)
6/11 ⑩	市民ソフトボール大会(2日目)
6/18 ⑩	市民卓球大会
7/2 ⑩	第68回県民体育大会 開会式
7/16 ⑩	少年・少女ソフトボール大会(1日目)
7/17 ⑩	少年・少女ソフトボール大会(2日目)
7/22 ⑩	小学生陸上記録会(午前中)
8/5 ⑩	小学生水泳記録会
8/27 ⑩	市中学校軟式野球大会

県民体育大会
桜井市選手団募集

▽募集種目 陸上競技・水泳・ソフトテニス・テニス・バスケットボール・アーチェリー

▽開催日 7月2日⑩・9日⑩

▽場所 総合体育館
▽対象 市内在住・在勤の人
▽種目 一般男女別(ダブルス・シングルス)・中学男女別・小学生(シングルス)
▽申込締切日 6月9日⑩

メガネセンター

この国になくてはならない メガネの専門店

カサ

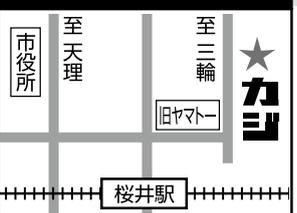
小児用、遠近両用メガネ専門店!!

深視力測定出来ます!!

メガネ 補聴器 即日納品可

各種修理承ります

駐車場完備!



Tel 0744-43-5845

桜井市栗殿271 ●営業時間/9:00~18:00 ●木曜日 予約のみ

広告

お仏壇の 洗淨・修復 出張クリーニング

自宅でする 洗淨・修復

安い 早い 安心 キレイ

従来の仏壇修理は約120万かかっていたのが...

費 金仏壇(幅60cmの場合)… 約30万円

用 唐木仏壇(幅50cmの場合)… 約10万円

お見積り無料!!

0120-570-506

株式会社メイクリーン

プロのお仏壇職人にお任せ!

作業期間は1日~3日

泡洗浄修復

メイクリーン 泡



あなたが受けることのできるがん検診が一目でわかります。

健康だより



このページの問い合わせ先は、
けんこう増進課 (☎ 45-3443) へ

家の近くで検診を受けたいんだけど…

レントゲン車「さくら号」が、お住まいの地域を回ります。1年に1度のこの機会にぜひ受けましょう。グループでの検診メニューが増えました！

日程	受付時間		巡回地区	実施場所	
	胃がん・肺がん・大腸がん検診 医療センターまで要予約 (☎ 45-2505)	肺がん・大腸がん検診 (予約不要)			
5/30 (火)	9:00 ~ 10:30	11:00 ~ 11:30	芝	芝打合町集会所	
5/31 (水)		13:30 ~ 15:30	河西	市立図書館	
6/1 (木)		13:30 ~ 15:30	初瀬	初瀬観光センター	
6/2 (金)		13:30 ~ 15:30	三輪	三輪公民館	
6/5 (月)		13:30 ~ 15:30	巻野内	J Aならけん纏向支店	
6/6 (火)		11:00 ~ 11:30	芝	芝公民館	
6/7 (水)		11:00 ~ 11:30	安倍	いわれ会館	
6/8 (木)		13:30 ~ 15:30	朝倉台	朝倉台集会所	
6/9 (金)		11:00 ~ 11:30	栗殿	あるぼ〜る	
6/12 (月)		13:30 ~ 15:30	大福	中津道集会所	
6/27 (火)		9:00 ~ 10:00	————	小夫	小夫集会所
		11:00 ~ 11:30	————	吉隠	吉隠公民館
6/28 (水)	9:00 ~ 11:20	————	栗殿	保健福祉センター「陽だまり」	
6/30 (金)	9:00 ~ 11:20	————			

期間中1人1回限り

▷対象 市内在住で35歳以上の人
(大腸がんは40歳以上)

※妊娠中または妊娠の可能性のある人、授乳中の人は検診を受けることができません。胃腸疾患の治療中の人はかかりつけの医療機関で受診してください。

▷費用 胃がん 900円
肺がん 無料 (痰の検査が必要な場合は300円)
大腸がん 1,000円

▷注意事項

- ・胃がん検診は、バリウムを飲んで胃部のレントゲン撮影を行います。胃カメラによる胃がん検診は受けられません。
- ・肺がん検診は、胸部のレントゲン撮影と痰の検査(必要な人のみ)です。
- ・大腸がん検診には2日間の検便が必要です。

＊はつらつクッキング

～食生活改善推進員と一緒に食事について楽しく学びましょう！～

- ▷日時 5月22日㊤
午前10時～午後1時
- ▷場所 桜井市保健福祉センター
「陽だまり」1階
- ▷対象 20歳以上の人
- ▷定員 先着30人
- ▷費用 300円
- ▷申込方法 電話で5/15㊤までに
けんこう増進課へ



20ページへ
募集中心！詳しくは
食推さんメンバー

＊健康相談

「健診結果が気になる」「生活習慣を見直したいが、具体的に何をしたらいいの？」など、生活習慣病に関する相談を受け付けます。また、生活改善したくてもできていない人には、実行に向けて保健師や管理栄養士が手伝います。

- ▷日時 5月19日㊤、6月9日㊤
午前9時30分～11時
- ▷場所 桜井市保健福祉センター
「陽だまり」1階
- ▷対象 市内在住の人
- ▷費用 無料
- ▷持ち物 健康手帳・検査結果など
健康状態がわかるもの
- ▷申込方法 電話でけんこう増進課へ

＊お詫びと訂正

わかざくら4月号に折込みの「桜井市2017年度保健事業日程カレンダー」8ページに誤りがありました。お詫びして訂正します。

- ・奈良県救急安心センター相談ダイヤルのIP電話、ダイヤル回線・インターネット回線用電話番号
(誤) 0742-20-0119
(正) 0744-20-0119

がん検診等受診券・特定健康診査受診券を5月末に送付します！

- ▷健(検)診実施期間 6月1日～平成30年2月28日
(胃がん・肺がん・大腸がんセット検診のみ3月も実施)
- ▷受診方法 受診券を病院に持参してください。
- ▷受診券が届く人 平成30年3月末時点で40～74歳の人
※広報4月号折込みの保健事業日程カレンダーをご覧ください。
希望するがん検診にあった申込方法で受診してください。



今年度
スタート!

この機会にいろいろな検診を受けたい人だけど…

プレミアムドックですべてのがん検診・特定健診がセットで受けられます！

日程	必須受診項目	選択項目	申込期間
6/22㊤	胃がん (バリウム検査) 肺がん・大腸がん	特定健診・前立腺がん ^{※1} 肝炎ウイルス ^{※2}	5/25㊤ ～6/2㊤
6/23㊤		特定健診・前立腺がん ^{※1} 肝炎ウイルス ^{※2} 子宮がん ^{※3} ・乳がん ^{※3}	
6/25㊤			
11/4㊤	胃がん (バリウム検査) 肺がん・大腸がん	特定健診・前立腺がん ^{※1} 肝炎ウイルス ^{※2} 子宮がん ^{※3} ・乳がん ^{※3}	5/25㊤ ～希望日の 2週間前まで
11/5㊤			
11/6㊤		特定健診・前立腺がん ^{※1} 肝炎ウイルス ^{※2}	

- ▷対象 40～74歳の人(特定健診は桜井市国民健康保険加入者のみ)
- ▷受付時間 申込時に案内します
- ▷場所 桜井市保健福祉センター
「陽だまり」
- ▷費用 受診する検診によって異なります。問い合わせください。
- ▷申込方法 電話でけんこう増進課まで(定員：各日80人)
- ▷注意事項
 - ※1 前立腺がん検診は、50歳以上の男性で、特定健診も受診する人のみ。
 - ※2 肝炎ウイルスは生涯1回のみ。
 - ※3 子宮がん・乳がんは女性のみ。

新しく始まる検診があるって聞いた人だけど…

医療機関で胃カメラによる胃がん検診がスタートします！

- ▷対象 市内在住で50歳以上の人
- ▷費用 3,000円
- ▷実施医療機関 済生会中和病院、山の辺病院、青葉会小阪医院
※各病院に事前予約が必要です。
- ※「バリウム検査」もしくは「胃カメラによる検診」のいずれかを選んで受診することができます。(今年度胃カメラによる検診を受けると、来年度はバリウム検査と胃カメラ検査のいずれも受けられませんので、注意してください。)

相談名称	相談日	相談場所	問い合わせ先	備考
中南和法律相談 センター 無料法律相談	毎週火曜日 13:00～16:00	市役所 1階 多目的室	奈良弁護士会 (☎0742-22-2035)	相談日2週前の 火曜 9:30～
弁護士による 無料法律相談〈要予約〉	5/11 ㊦ 13:00～16:00		5/1 ㊦ 8:30～ 受付。先着7名。 1人1回限り。	
司法書士による 法律相談〈要予約〉	① 5/12 ㊦ ② 5/25 ㊦ 13:00～16:20		①は5/2 ㊦、②は 5/10 ㊦ 8:30受付 開始。先着5名。	
行政書士による 法務相談〈要予約〉	5/26 ㊦ 13:00～16:20		市民協働課市民生活係 (☎内線 534)	5/12 ㊦ 8:30 受 付開始。先着5名。
消費生活相談	平日 10:00～16:00		市役所 1階 消費生活相談室	
行政相談	5/10 ㊦ 13:00～16:00	市役所 1階 多目的室		当日、市民協働課 で受付
福祉の 心配ごと相談	毎週木曜日 10:00～15:00	保健福祉センター 「陽だまり」2階	社会福祉協議会 (☎42-2724)	電話相談(☎42- 6804)もあり(相 談日のみ)
若者自立のための 相談会	㊦・㊦除く毎日 9:00～18:00	桜井駅南口駅前 エルト桜井2階	若者サポートステー ションやまと (☎44-2055)	
失業などによる暮らし の困りごとの相談	平日 9:00～17:00	市役所 2階 (支援センター内)	桜井市くらしとしごと 支援センター (☎49-3020)	
人権擁護委員による 悩みごと相談	5/18 ㊦ 13:00～16:00	市役所 1階 多目的室	人権施策課人権係 (☎内線 561)	
女性相談 〈面接相談は要予約〉	面接相談 5/22 ㊦ 12:30～15:00 電話相談 5/22 ㊦ 10:00～11:30	市役所 1階 多目的室	人権施策課男女共同参 画係(☎内線 564)	
奈良県子育て女性就職 相談(桜井出張相談)	5/8 ㊦ 9:00～12:00	保健福祉センター 「陽だまり」2階	桜井出張相談連絡先 (☎0742-24-1150)	予約は前々日の土 曜まで

発掘調査現場から (263)

纏向遺跡第189次調査

纏向遺跡は桜井市の北部に広がる、東西2km、南北1.5kmと広い範囲を持つ3世紀から4世紀にかけて栄えた集落遺跡です。

今回の調査は大字巻野内でおこないました。調査の結果、調査区内の半分以上の範囲を占める落ち込みが見つかりました。落ち込みの埋土には流水していたと考えられる砂や石の層が確認でき、多くの土器が出土しています。

この遺構が見つかった場所は、古地形で復元されている纏向川河道(辻河道)上に位置していることから、旧河道である可能性が考えられます。堆積した時期は、確認できた中で一番古いのが古墳時代前期であり、最上層は平安時代ごろに堆積したことがわかりました。この落ち込みからは土器の他にも鉄滓てつさいが多く出土しており、鞆羽口片も

見つかったことから、近くには鍛冶工房が存在していた可能性が考えられます。

周辺の調査では「宮内」と書かれた墨書土器などが見つかり、身分の高い人々が存在していた可能性が指摘されています。今回も奈良三彩片など一般集落では見られない遺物が出土しており、古代の官道である上ツ道に近接していることから、調査地の周辺も身分の高い人々が暮らしていた地域である可能性が高まりました。



ひみこちゃんが
「大和さくらい100選」
一度は行ってみたいスポットを紹介 - その36 -

今回は、「大和さくらい100選」の「記紀万葉ゆかりの地」に選ばれている茅原大墓古墳を紹介するよ！

茅原大墓古墳

茅原大墓古墳は、桜井市北部の茅原集落の北側に位置する4世紀末頃の前古墳です。この古墳の墳丘形式は、後円部に対して前方部の規模が小さくなっている形で、「帆立貝式古墳」と呼ばれています。この形式の古墳は一般的な前方後円墳に比べて数が少なく、茅原大墓古墳は良好な姿で残存している例として昭和57年に国史跡に指定されています。



上から見ると帆立貝の形に似ているから「帆立貝式古墳」って呼ばらるってよー



↑日本最古の盾持人埴輪

市教育委員会による発掘調査において、日本最古の「^{たてもちびとはにわ}盾持人埴輪」が出土し、大きな話題となりました。この盾持人埴輪は、盾を持つ人の形を模しています。高さ67cm以上、幅50cmで目と口は穴で表現されており、鼻の部分は粘土を貼り付けていた形跡があります。

その表情はまるでニッコリと笑っている人の顔のようにも見えますが、盾持人埴輪というのは、邪悪なものから古墳を守るために盾を持っていると言われていたことから、顔を赤くして怒鳴っている人の顔なのかもしれませんね。

ひみこちゃんの着ぐるみを貸し出します！

地域や市民団体の行事、公益を目的としたイベントやキャンペーンなどで、ぜひ利用してください。

詳しくは観光まちづくり課へ。

4月から本庁2階に移りました！



呼んでね～



「ひみこちゃんのページ」

<http://www.city.sakurai.lg.jp/himiko/index.html>

観光まちづくり課 (☎ 42 - 9111 内線 342)

twitter @himiko_chan

桜井をつなぐ人

その14



オオニシ 恭子さん

OHNISHI Kyoko

やまと薬膳料理研究家。平成25年桜井市に移住。料理教室、体をととのえる食事会、講演活動、食事診断などを精力的に行う。

食は、いのちと身体を養うもの。自然のまま大切に使用しないと。

「ここ最近、がんにかかる人がうんと増えてますよね。日本では、死亡原因の1位です。生活習慣病にかかる人も多いでしょう。なぜでしょう。原因はね、すべて食べ物なんです」。オオニシさんは強調する。

食べたもので身体は作られる。こういう話を聞いたことはあっても、その意味を自ら実感し、理解できている人はどれぐらいいるのか。

インテリアデザインの仕事に没頭していた20代の頃、手荒れがひどく、本をめくることにも一苦労していた。病院をいくつも回り、漢方薬も試した。しか

し一向に治らず悩んでいたとき、食養法と運命的な出会いを果たす。「食べ物で治らない病気はない」という考え方に、ショックと感動と希望を覚えた。「それまで食べていたものをすべて見直し、教えに従って玄米菜食を始めたら、ひどかった手荒れがなんと1週間でも良くなったんです」。それ以来、仕事そっちのけで食養医学の講義や料理教室に通い、7年にわたって学び尽くした。

その後、ベルギーで食の大切さを広める機会を得る。料理講習の評判はすぐに広がり、ひっきりなしに講習の依頼がきた。気づいたらヨーロッパに拠点を移してから30年以上が過ぎていた。6年前、東日本大震災をきっかけに、帰国する決意を固める。ヨーロッパ中に自分を必要とする人はたくさんいたが、ふるさとの人の健康も守っていきたくいと強く思ったからだ。

日本で食について発信するなら、昔からの日本の土地がいなと考えていたところ、初

瀬の門前町に建つ古民家とご縁があった。

ここで、身体が喜ぶ食べ物を提供する食事会や実際に料理方法を学ぶ教室を開催。さらにオーガニックマーケットや薬膳カフェを開くなど、楽しく交流できる場を目指している。

最も大事なことは、自然からいただいた素材を、自然のまま大切に使うこと。「食は、いのちと身体を養うんです。今や身の回りの食べ物には添加物が溢れ、遺伝子組み換えなんかも行われてますよね。まったく自然とかけ離れた世界ですよ。誰もが健やかに、幸せに暮らせるよう、私が学んできたことを多くの人に広めていきたいんです」。

都会で多忙な仕事に追われ、食に対しての関心がまったくなくなった過去があったからこそ、オオニシさんは今そう強く感じている。



子どものページ

つどいの広場

大字栗殿 1000-1

保健福祉センター「陽だまり」 ☎ 43-9112

▷日時 月～金曜 9:00～16:00 (祝日を除く)

▷対象 0歳～就学前の子どもとその保護者

▷費用 無料



イベント名		日時	内容
ふれあいの日 年齢別	0歳児の日	5/10 ☎ 9:00～12:00	カプセルのガラガラおもちゃを作しましょう。
	1歳児の日	5/17 ☎ 9:00～12:00	
	2・3歳児の日	5/24 ☎ 9:00～12:00	シール貼りやお絵かきをしましょう。
誕生日会 (5月生まれ)		5/16 ☎ 11:30、14:30	みんなでお祝いをしましょう。
発育測定		5/18 ☎ 10:00～11:30	身長・体重を計測できます。
子育て講座～イヤイヤ期を乗り越えよう！～		5/12 ☎ 10:00～11:30	おおむね1歳半～3歳未満の子の保護者対象。定員15組。子どもの心理や関わり方について一緒に学びましょう。 要申込

子育て支援センター やまぼうし

大字谷 280 飛鳥学院保育所内 ☎ 45-4356

▷日時 月～金曜 9:00～12:00、12:30～15:00
土曜日 10:00～11:30

▷対象 0歳～未就園の子どもとその保護者

▷費用 無料

イベント名		日時
親子教室	お誕生会	5/16 ☎ 10:30～11:30
特別企画	英語で遊ぼう	5/11 ☎ 10:30～11:00
	音で遊ぼう	5/18 ☎ 10:30～11:30
親子ふれあい体操キッズヨガ		5/23 ☎ 10:30～11:30
ホール開放		5/6 ☎ 10:00～11:30
		5/20 ☎ 10:00～11:30
園庭開放		5/13 ☎ 10:00～11:30
		5/27 ☎ 10:00～11:30

NPO 法人おひさまひろば ひなたぼっこ保育園

大字河西 239-6 ☎ 46-5169

ひなたぼっこ保育園の小さなお家ですが、月3回親子のイベントとしてオープンプログラムをしています。家庭的な雰囲気の中、季節の行事やさまざまな遊び・体験を親子で楽しんでください。

◆あったかひろば 第2木曜 10:00～11:00

親子のひろば、楽しいパネルシアターや歌あそびをしましょう。

◆リズムあそび 毎月最終の水曜 10:00～11:00

音楽やリズムに合わせてのびのび体を動かしましょう。

◆季節のイベント 10:00～11:00

5月 小麦粉ねん土

7月 七夕まつり

6月 田植え体験

8月 流しそうめん

※日程は問い合わせてください。事前申込みが必要です。

▷費用 1人100円 (材料費・保険代等)



乳幼児健診・相談・教室

▷問い合わせ先 けんこう増進課 (☎ 45-3443)

行事	対象	日程	備考
4か月児健康診査	平成29年1月生	5/15 ㊦・30 ㊦	
10か月児健康診査	平成28年7月生	5/16 ㊦・29 ㊦	受付時間 13:00～13:45
1歳6か月児健康診査	平成27年10月生	5/18 ㊦・26 ㊦	※2歳6か月児歯科健康診査は 9:00～9:45
2歳6か月児歯科健康診査	平成26年10月生	5/18 ㊦	場所 保健福祉センター「陽だまり」1階
3歳6か月児健康診査	平成25年10月生	5/11 ㊦・25 ㊦	
すくすく相談	生後9か月未満	5/10 ㊦	受付時間 9:30～10:00
	生後9か月～1歳7か月未満	5/24 ㊦	場所 保健福祉センター「陽だまり」1階 持ち物 母子手帳
もぐもぐ教室	生後5か月～8か月未満のお子さんの保護者	6/7 ㊦ ※けんこう増進課へ要申込 託児あり (定員12人)	実施時間 13:30～15:00 場所 保健福祉センター「陽だまり」1階 持ち物 母子手帳・筆記用具
パパママ教室	第1子目の妊娠6か月～9か月未満の妊婦とその家族	6/17 ㊦ ※けんこう増進課へ要申込 (定員15組)	実施時間 9:30～12:00 場所 保健福祉センター「陽だまり」1階 持ち物 母子手帳・筆記用具



図書館からのお知らせ

今月の休館日
毎週火曜日と
第2金曜日(12日)

ブックリサイクル (当日参加OK)

5月4日(木)・5日(金) 9:30～15:00
保存期間が終了した雑誌や、図書館に寄贈されて受入できなかった本を、無料で配布します。

図書館文化講座 (第1回)

「はじめての保田與重郎
-日本近代文学のなかの日本浪漫派-」

5月19日(金) 14:00～15:00
▷講師 岩本真一さん(京都精華大学教授)
▷定員 40名
▷申込方法 往復ハガキまたはFAXに、講座名・郵便番号・住所・氏名・電話番号を記入のうえ、市立図書館(〒633-0051 大字河西31・FAX44-2528)へ申し込んでください。電話や図書館カウンターでも受け付けています。

- ・次に読みたい人が待っている場合もありますので、本の返却期限は必ず守ってください。
- ・期限を過ぎててもご返却がない場合、貸出停止になることがあります。

今月のおはなし会 (当日参加OK)

おはなしや絵本の読み聞かせなど。大人も入場できます。おはなしのへやに集まってください。

5月6日(土) 15:00～15:30
▷担当 桜井おはなしの会

5月20日(土) 15:00～15:30
▷担当 子ども読未知

LLブック(わかりやすい本)コーナーを朗読サービス室前に新設しました!

読むことに難しさをかかえた人のための本を集めています。LLブック以外にも、点字絵本やデジータ図書、大活字本のリストも用意しています。ぜひ活用してください。



市立図書館 (☎ 44 - 2600)
ホームページ <http://www.library.sakurai.nara.jp>

食生活改善推進員の仲間になりませんか?

食 生活改善推進員とは“私達の健康は私達の手で”をスローガンにする、食を通じた健康づくりのボランティアです。地域における食育を推進し、子どもから高齢者まで健全な食生活を実践できるよう食育活動を行っています。

以下の日程で養成講座を開講します。食に関心のある人はぜひ受講してください。全8回のコースで、6回以上の出席を原則とします

1	6/13(木)	食推養成講座へようこそ!
2	7/12(木)	★調理実習 バランスのとれた食事について
3	9/6(木)	子どもの食育、大人の食育
4	10/24(木)	生活に運動を取り入れよう!
5	12/12(木)	生活習慣病を予防しよう!
6	H30年 1/17(木)	★調理実習 ヘルシーな献立を作ってみよう!
7	2/9(金)	献立を実際に作ってみよう!
8	3/27(木)	★調理実習 作った献立を調理してみよう!



▷時間 午後1時～4時
(★の調理実習の日は午前10時～午後2時)
▷場所 桜井市保健福祉センター「陽だまり」
▷定員 20人
▷費用 テキスト代1,200円(★は別途材料費300円)
▷対象 市内在住でボランティア活動に興味のある人
※講座終了後、食推として活動のできる人
▷申込方法 6月1日(木)までに、電話でけんこう増進課(☎ 45 - 3443)へ



もずくのスープ



エネルギー 34kcal
塩分 1.3g

材料 分量(4人分)

もずく……………100g
卵……………50g(1個)
玉ねぎ……………80g
だし汁……………600ml

A
塩……………小さじ 1/3
しょうゆ……………大さじ 1/2
酒……………小さじ 1
青ねぎ……………5g

作り方

- ①もずくはさっと洗い食べやすい長さに切る。
玉ねぎは千切りにし、青ねぎは小口切りにする。
- ②鍋にだし汁を入れ、沸騰したら玉ねぎを入れ、火が通ったらもずくを入れAの調味料を入れる。
- ③②が沸騰したら溶き卵を少しずつ流し入れる。
- ④器に③を入れ、青ねぎを散らす。



まちからのお便り

★4月号の桜の表紙がいつもと違う感じで、新鮮でした。(60代・Tさん)

★子育て支援に力を入れていることがわかりました。これからも、若いお母さんが子育てしやすいまちづくりをがんばってほしいです。(70代・Uさん)

★もうすぐ初めての子どもを出産予定なので、つどいの広場など子育てに関する情報を楽しみに読んでいます。(30代・Kさん)

★お知らせページのタイトルを、もう少し目立つように大きくしてほしいです。(60代・Oさん)

★カラーページはいいのですが、お知らせは読みにくく感じます。(40代・Sさん)

黒一色のお知らせページをもう少し見やすくしてほしいというご意見が以前からあったため、今月からタイトルを大きくし、前後の余白を増やしました。色の変化を付けられない分、できるだけ簡潔にまとめ、読みやすい記事を目指します。

編集後記



特集の取材の中でたくさんの方と話しました。地域も環境も違いますが、共通点がありました。「仲間と楽しい集いの場にした」ということです。仲間がいると笑顔になれることをこの取材で再確認しました。(養原)

食は体だけではなく、いのちも養う。オオニシさんに話を聞いていると、まさにそんな気がしてきました。忙しい毎日でも、食べ物の中身に気を配るのはもちろん、楽しく食べる環境も大事にしようと思います。(土家)



けいさつコーナー

春の行楽期は、車やバイクに加えて人も増え、交通事故発生の危険性が高まります。

◆車を運転するときは…

- ・速度を控え、ゆとりある運転を心がけましょう。
- ・車に乗る人全員、シートベルト(チャイルドシート)を正しく着用しましょう。
- ・飲酒運転は絶対にやめましょう。

◆歩行者、自転車利用時は…

- ・道路を横断する際は、左右の安全を確認しましょう。
- ・夜間の外出時には、反射材

を着用し、自転車はライトを点灯しましょう。

安全運転や交通事故防止に努めて、行楽や帰省をみんな楽しんで過ごしましょう。

【優良運転者表彰】

- ▽申請期間 5月31日☎まで
- ▽資格 桜井警察署管内に住んでいる運転免許保持者で、自動車および原動機付自転車の運転を継続して行っていること

▽問い合わせ先 桜井警察署庁舎内(一財)奈良県交通安全協会桜井地区協会事務局 (☎46・0110)

あの日の桜井 懐かしの風景



現在の様子



昭和初期、大字桜井にある立小路町付近の様子です。当時は道の中央に町名が書かれた立派な灯ろうと溝があったことがわかります。昔の写真を探しています。心当たりがあれば、総務課(☎42-9111内線324)までお寄せください。提供していただいた写真は返却いたしません。

3/12 ㊤



桜井グルメグランプリ決定！

芝運動公園を会場に第3回「桜井市場〜ん」が開催され、多くの来場者が詰めかけました。絶品グルメが用意された店はどこも長蛇の列。イベントの最後には、桜井市広報大使の「笑い飯」哲夫さんからグランプリが発表され、会場は歓声に沸きました。



3/11㊤
~12㊤

日頃の成果を発表しました

第35回公民館祭が開催され、各クラブ生は絵画や書道、陶芸など、この日のために制作した作品を展示しました。市民会館を会場にしたミュージックフェスティバルも、吹奏楽やダンス、合唱が次々と披露され、多くの来場者で盛り上がりました。

3/5 ㊤



清流を取り戻せ！大和川一斉清掃

毎年3月、大和川流域の地域団体・住民が主体となって、川の一斉清掃が行われます。市内では、河西老人クラブ寿会、大泉区自治会、山の辺町自治会、松之本自治会、大和信用金庫の5団体が参加。きれいな川にするため、精力的に清掃活動を行いました。



3/25㊤
~26㊤

日本三大文殊で年に最大の法要

安倍文殊院で、御本尊文殊菩薩を奉賛する法要「文殊お会式」が行われ、境内には多くの参拝客が集まりました。この日、本堂前では知恵をさずけてもらう「お加持」を受けることができます。夕方には本堂の舞台から知恵の餅まきが行われ、多くの人が飛んでくる餅に手を伸ばしました。



便利な施設が完成

纏向遺跡のほぼ中心である太田地区の旧纏向小学校跡地に、遺跡見学者用トイレが完成しました。建物は大きな黒い屋根と木材の格子が特徴的です。JR巻向駅に近接しており、纏向遺跡の散策や山の道の道ハイキングの際にとっても便利です。今後ガイダンス施設、公園などの史跡整備を計画しています。

まちの掲示板

主に市内で活動しているグループや団体の情報を掲載するコーナーです。イベント告知・メンバー募集などにお使いください。

さくらい本町ライブラリー

「相撲について熱く語ろう」

相撲の本を持ってきてください。相撲甚句を聞きながらちゃんこ鍋を食べよう。

■ 5月21日◎ 13:00～

所 桜井本町たまり場

費 1,000円

問 三宅 (☎090 - 3050 - 0771)

桜井市アマチュア無線ネットワーク会員募集

当会では市と「災害時の情報収集に関する応援協定」を結び、通信訓練など能力向上に努めています。

市内アマ従事者募集！特に市東部地域。

※ 8/11,12に4級、8/13に3級講習会を市立図書館で実施します。

問 桜井市アマチュア無線ネットワーク
原田 (☎43 - 6249)

このコーナーへ掲載を希望する人は、総務課文書広報係(☎42-9111内線324)まで。先着順。宗教団体・政治団体や営利目的の投稿はできません。掲載内容は要約することがあります。



4/7 (金)



新しい友達たくさんできるかな

市内11か所の小学校で入学式が行われました。桜井西小学校では新1年生87人が入学。緊張しながらも元気に入場していました。終了後、教室にもどり先生の話聞きながら、保護者の人と一緒に勉強道具などの確認をしました。



4/1 (土)

大きな楽器で僕も演奏者♪

市立図書館にて、桜井ライオンズクラブプレゼンツ「親子でオーケストラ！」の催しを開催。身近な場所で生演奏を聴けるとあって、親子を中心に多くの人が参加しました。オーケストラを前に指揮者体験をしたり、大きな楽器を実際に弾いてみる体験もあり、子どもたちは楽しい時間になったようでした。



4/6 (土)

交通マナーの大切さを再確認

春の交通安全県民運動のオープニング行事として、市民会館前で式典が行われました。式典終了後、桜井中央公民館前交差点の周辺で、桜井警察と市長・関係者が、古代衣装に身を包んだ県立奈良情報商業高等学校の生徒と一緒に、交通マナー再確認の啓発活動を行いました。



松本 芽依ちゃん
H27.7.7 生



福田 蓮華ちゃん
H28.5.22 生



小倉 遼斗ちゃん
H23.6.3 生



かわいいお子さんの笑顔
を紙面で届けませんか？



上野 碧大ちゃん
H28.6.14 生



絹谷 彩夏ちゃん
H28.8.7 生



高橋 ゆめかちゃん
H28.8.8 生



福井 湊人ちゃん
H27.9.9 生

このコーナーに掲載を希望する人は、氏名・連絡先・お子さんの名前(ふりがな)・生年月日・性別を記入のうえ、写真を直接郵送、または右のQRコードから添付して送ってください。市内在住のお子さんに限ります。応募が多数ある場合は、掲載が先の号になりますので、ご了承ください。かわいい笑顔をお待ちしています！

※送っていただいた個人情報は、当該応募手続きのためにのみ使用します。

▷送付先・問い合わせ先 〒633-8585 桜井市役所総務課 文書広報係 (☎42-9111 内線324)



こちらから簡単に
応募できます



クイズ & プレゼント

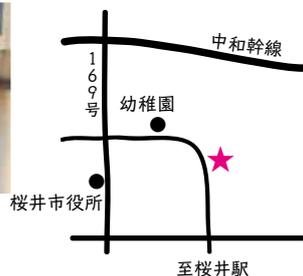
今月のプレゼント(10名様)

鶏の唐揚げ おろしダレ

今月のプレゼントは、3月に開催された桜井グルメグランプリ「桜井市場〜ん」で優勝した、食べ処 飲み処 たのし家さんの1品です！おろしダレをかけることで、より一層やわらかくジューシーに仕上がった鶏の唐揚げです。ぜひお店でご賞味ください。



食べ処 飲み処 たのし家
桜井市栗殿 1026-2



※クイズ正解者の中から抽選でプレゼントが当たります。当選者には市役所から「商品引換券」を発送しますので、直接店舗に持参のうえ、ご利用ください。

※発表は発送をもって代えさせていただきます。また、お送りいただいた個人情報は、当選商品の発送のためにのみ使用します。

広報クイズ

・市内で支持を集めている筋力アップと地域づくりの体操の名前は？

「いきいき 歳体操」

アンケート

・広報わかざくら5月号のご意見、ご感想
・取り上げてほしい企画や内容

応募方法

クイズの答え、住所、氏名、年齢、アンケートを書いて、ハガキ、FAXまたは右下のQRコードから応募してください。

〒633-8585 桜井市役所総務課「広報5月号」係

FAX 42-2656

締切：5月15日㊟



このコーナーへのプレゼントを提供していただけるお店を募集します！
詳細は総務課文書広報係まで連絡してください。