

わかざくら

まちを知り、つながる一歩





平成30年

成人式

今年594人が新成人に

1月8日(祝)の成人の日に、市民会館にて平成30年成人式が行われました。

式典では、松井市長が新成人に対して、「これから先、多くの人と巡り合い、多くの出来事に遭遇するでしょう。家族や温かく見守ってくれた人々を思い出し、感謝の心を忘れないでください」と激励の言葉を送りました。また、新成人を代表して成人式実行委員のメンバーが「はたちのメッセージ」を披露。式典後に行われた記念行事では、中学校の恩師からのビデオレターが上映され、懐かしいエピソードや心温まるメッセージに、新成人たちは感極まっていました。

会場周辺では、久しぶりに再会した同級生や両親と記念撮影するなど笑顔があふれ、新成人にとって忘れられない1日となりました。

二十歳の抱負





20年前の平成10年の出来事

| | |
|-------|---------------------------------|
| 2月2日 | 郵便番号が5ケタから7ケタに |
| 2月7日 | 長野冬季オリンピック開催 |
| 4月5日 | 明石海峡大橋が開通 |
| 6月10日 | サッカー・ワールドカップフランス大会開幕 (日本初出場) |
| 7月4日 | 日本初の火星探査機「のぞみ」が打ち上げ成功 |
| 7月25日 | 「Windows98 日本語版」発売 |
| 7月30日 | 小淵内閣が発足 |
| 10月8日 | 横浜ベイスターズが38年ぶりの優勝 |

2018年(平成30年)成人式はたちのメッセージ

本日は成人を迎えました私たちの門出に対し、このように盛大な式典を催し、私どもの門出をお祝いしていただき、誠にありがとうございます。新成人一同を代表し、心よりお礼申し上げます。また、桜井市長様、教育委員会様をはじめ、ご来賓の皆様から温かいお祝いと激励のお言葉をいただき心より感謝申し上げます。

私の夢は、教師になることです。幼い頃から競泳をしており、高校生の頃にはインターハイや国民体育大会にも出場いたしました。競泳を通して素晴らしい仲間や、教師を目指すきっかけとなった高校教師との出会いがありました。今はまだ、競泳ができる時間を大切にし、競技力を向上させるために全力を尽くしております。一所懸命、全力を尽くしたことを活かし、教師という夢にむかって歩んで行きたいです。

今、おかれている環境に感謝することを忘れず、まわりに保護される子どもから自立した大人へ心身ともに成長し、社会に貢献できる人材になれるよう精進していく所存であります。この緑あふれ長く深い歴史をもつ桜井市に生まれ育ったことに感謝と誇りをもち、この先の人生を歩んでまいります。

簡単ではございますが、新成人を代表してあいさつとさせていただきます。本日は誠にありがとうございました。



「はたちのメッセージ」
新成人代表
白石航平さん

二十歳の抱負



まちの安全を守る消防団

様々な場面で活躍しています

1 月5日(金)に桜井市民会館

が行われました。消防団は地域に密着し、住民の安心と安全を守る重要な役割を担っています。

全国の消防団数は約2,200団、消防団員数は約86万人。桜井市消防団は、11分団で構成され、654人の団員が日々活動しています。

平時時は、様々な災害に備えた訓練や救急車が到着するまでの救命処置の訓練などを行っています。火災が発生した際は、近隣の消防団が消防署と連携し、現場で消火活動等の任務にあたります。また、水害や地震などの大規模災害が発生したときは、地域の実情を細かく把握している消防団が、避難誘導や安否確認などをスムーズに行えたり、各地域が必要となる支援に細かく対応することができます。近年発生した熊本地震の際は、消火作業以外に、地域の防犯や避難所の運営面でも活躍したと言われています。

女性消防団員にインタビュー

「家族を助けられたら素敵です」

毎月第3月曜日、消防署に集まり訓練をしています。女性部の役割は主に広報啓発活動です。出初式や各種イベントでの広報、救命講習の際に消防署の手伝い等をしています。

40代を中心に、団員は11名。仕事や子育てとの両立は大変ですが、みんながんばっています。入団後、様々なことを学習するうちに、万が一のとき何ができるだろうか。救命講習の



救命講習の練習の様子



堤野部長(平成24年入団)

訓練を繰り返すことで、手を差し伸べられたら、少しでも助けられる命もあるのではと感じるようになりました。そこに気づいたとき、もっとみんなに活動について知ってもらいたいと強く思いました。女性も団員として活躍できることがたくさんあります。興味のある人は私たちと一緒に活動してみませんか。家族や子どもなど助けられることができたら素敵だと思いますか。

消防団員募集!

「地域の安全は私たちの手で」

消防団員はそれぞれの仕事をしながら活動に参加しています。活動を通し、住んでいる地域や人との関係を築くことができます。自宅や地域での火災を予防したり、火災発生時に被害が広がらないように訓練や研修で知識をつけ、災害対応について学ぶことが大切です。家族の安全を一緒に守るために入団しませんか。



奈良県消防操法大会の様子

☎ 危機管理課 (☎内線308)



これからの消防団の重要性

火

災はもちろんのこと、地震や台風といった自然災害への対応など、近年、消防団の重要性はますます高まっています。全国的に災害の報道が増加していますが、平成29年には桜井市内でも、集中豪雨や台風による土砂崩れなどが発生しました。

今後も、増加する災害に対応するには、消防署や市役所の対応だけでは、手が足りないことが想定されます。大規模災害が発生したときは、地域の安全を守り、家族が安心して生活できるためには、消防団の新たな担い手が必要不可欠です。

消防功労者表彰

1月5日(金)、桜井市民会館において行われた消防団出初式で、次の方々が表彰されました(敬称略・所属が「分団名のみ」の場合はすべて機動部)。

知事表彰

豊田分団 五藤 光正
織田分団 笠谷 嘉成
栗殿分団 谷口 好孝
大福分団 清川 裕紀
笠部 田畑 清文
朝倉分団 森川 泰成
三輪分団 中村 修

協会長表彰

金屋部 峯畑 和久
茅原部 西村 光司
山田部 森本 佳秀
白木部 中森 裕彦
白木部 東 祥元
出雲部 中西 宏育
菅森部 鷺尾 寿一
白河部 丹治 浩文
馳向部 細川 正和
高家部 浦出 忠俊

桜井市表彰

安倍分団 勘定 明彦
安倍分団 我妻 力

支部長表彰

橋本部 米田 繁昭
東田部 森岡 康高
栗原部 東島 忠典
橋本部 中西 弘樹
小夫部 馬場井宏幸
桜井一分団 澤田 昌訓
栗殿分団 中辻 輝
三輪分団 南 泰仁
山田部 福田 安央
穴師部 松岡 孝宜
穴師部 中田 智之
新屋敷部 藪内 安成
東新堂部 山口 玲
笠部 細田 周作
笠部 畑中 信幸
笠部 嶋岡 光宣
笠部 山本 貴士
小夫部 宮崎 紀彦

支部長表彰

栗殿分団 大谷 浩之
栗殿分団 山本 勇司
黒崎部 竜田 宗佳
脇本部 稲本 厚
脇本部 杉本 浩士
吉備部 峯川 和也
山田部 古田 勝俊
山田部 吉川 信義
金屋部 山本 祐治
松之本部 森 貞潔
大泉部 磯貝 武
大西部 古賀 義教
大西部 福田 俊宏
纏向分団 吉岡 弘樹

団長表彰

豊田分団 藤田 和弘
西之宮部 堂ノ本喜仁
東新堂部 森川 耕吏
東新堂部 吉井 全樹
初瀬分団 田中 純
馳向部 高岸 哲雄
吉隠部 奥田太一郎
吉隠部 奥谷 敬彰
白木部 札辻 栄治
笠部 中村 孝博
小夫部 小西 宏和

警察署長感謝状贈呈

桜井一分団 西 忠吉
桜井一分団 竹野 寧男
八井内部 辰巳 貴栄
朝倉分団 東野健太郎
脇本部 上野 真三
池之内部 木村 朝光
高家部 藤本 和久
三輪分団 矢野 公明
大西部 藤本 知宏
豊田分団 榎野 真司
東田部 中村 昌樹
馳向部 山本 晃平
吉隠部 大岡 純也
吉隠部 菅浦 由展
笠部 尾上 智彦
小夫部 西浦 傑
初瀬分団 橋本 光司
三輪分団 玉置 正雄

楽しい子ども絵画教室・茶道教室

☎ 社会教育課生涯学習振興係 (☎ 42 - 9111 内線 608)

▶日時 **2月24日**Ⓟ

(受付) 午前9時～

(開始) 午前9時30分

(終了予定) 午前11時30分

▶場所 中央公民館

《絵画教室》3階大会議室・《茶道教室》3階和室

▶対象 市内在住の幼児～中学生(保護者同伴も可)

▶定員 《絵画教室》50名・《茶道教室》10名(先着順)

▶費用 無料

▶申込方法 ハガキまたはFAXに、教室名「子ども文化教室《絵画教室》または《茶道教室》・郵便番号・住所・電話番号・参加者全員の氏名(ふりがな)・学年を記入のうえ、2月16日Ⓟまでに社会教育課内桜井市文化協会事務局(〒633-8585 大字粟殿202・FAX45-0962)へ。



茶道教室



絵画教室

市民のみなさんの声を市政へ 市民フォーラムを開催します

☎ 総務課文書広報係 (☎ 42 - 9111 内線 324)

市の将来についてみなさんと意見交換を行い、今後の市政運営の参考とさせていただきます。

▶日時 **2月17日**Ⓟ

午後1時30分～3時

(受付開始：午後1時～)

▶場所 市立図書館研修室1

▶内容 市長から市政について説明、意見発表者の発言、会場参加者との質疑応答など

▶対象 市内在住・在勤・在学している人

▶申込方法 住所・氏名・電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAXまたは下記QRコードから総務課(〒633-8585 大字粟殿432-1・FAX42-2656)へ。参加票を郵送しますので、会場受付で提出してください。

※意見発表者として参加を希望する場合は、申込時に意見概要を添えて申し込んでください。なお時間の都合上、発表者を限らせていただきますので、予めご了承ください。

▶申込締切日 2月9日Ⓟ《必着》



桜井税務署から 確定申告書申告会場のお知らせ

☎ 桜井税務署 (☎ 42 - 3501 自動音声案内0)

桜井税務署の申告書作成会場は、下記の日程・場所です。駐車場は限られているため、公共交通機関を利用してください。



▶日時 2月16日Ⓟ～3月15日Ⓟ(平日のみ)

午前9時～午後5時(相談は午後4時まで)

▶場所 桜井市商工会館3階(大字川合260-2)

※相談は午後4時まで受け付けていますが、混雑状況によっては早めに相談受付を終了する場合があります。

※期間中、税務署では申告相談を行っていません。作成済み申告書の受付、納税、証明書の発行、用紙の交付のみになります。

年金受給者のための還付申告会場

2月6日Ⓟ・7日Ⓟ9:30～15:30 田原本町町民ホール

2月9日Ⓟ・13日Ⓟ9:30～15:30 宇陀市役所4階

※各会場は混雑が予想されますので、国税庁ホームページの「確定申告書作成コーナー」を活用してください。

作成コーナー

検索

子育て応援！ 3人乗り自転車を貸し出します

☎ けんこう増進課子育て総合支援室 (☎ 47 - 4626)

▶対象 市内在住で、満1歳以上6歳未満の幼児を2人以上養育している人

▶費用 無料(利用中の整備・修理等は利用者負担)

▶貸出台数 8台

▶貸出期間 4月2日～平成31年2月28日まで

※上記期間内であっても、子どもが満6歳に達した日をもって貸出期間が終了となります。

▶貸出条件 自転車の適正な保管場所を確保できる人、同乗する幼児の着用するヘルメットを準備できる人、桜井警察署が西ふれあいセンター分館で3/13Ⓟ10:30～11:30に実施する自転車講習会を受講できる人

▶申込期間 2月13日Ⓟ～3月6日Ⓟ

(平日8:30～17:15)

▶申込方法 印鑑、母子健康手帳を持参のうえ、保健福祉センター「陽だまり」1階の子育て総合支援室に備え付けの申請書に必要事項を記入し、提出してください。申込多数の場合は抽選となります。



宝くじ助成で、 コミュニティ活動備品を整備

☎ 市民協働課市民生活係 (☎ 42 - 9111 内線 529)

宝くじの普及広報事業として、(一財)自治総合センターの助成を受け、次の自治会で活動備品が整備されました。

今後、地域住民のふれあいでコミュニティのために活用され、さらなる地域の発展が期待されます。



▶一般コミュニティ助成事業

| | |
|--------|-----------------------|
| 瀧倉区自治会 | デジタル複合機他コミュニティ活動備品の整備 |
|--------|-----------------------|



デジタル複合機



刈払機

平成 30 年度 未就園児子育て事業 「わくわくランド」で遊ぼう！

☎ 学校教育課 (☎ 42 - 9111 内線 602)

公立幼稚園では、2歳児(平成27年4月2日～平成28年4月1日生)と3歳児(平成26年4月2日～平成27年4月1日生)の子どもとその保護者を対象に、いろいろな体験や交流ができる「わくわくランド」を行っています。参加を希望する人は、各幼稚園に直接申し込んでください。

▶内容 毎月1～2回実施

(活動内容や実施日・時間は各園でお知らせします)

▶費用 年間2,000円(材料費・保険代等)

※申込み時に持参してください。

▶申込期日 2月28日☎

さかなつりコーナーで遊んだよ



秋祭りごっこで
輪投げをしたよ！

国民年金保険料の納付は ☐座振替が便利です

☎ 保険医療課保険年係 (☎ 42 - 9111 内線 528)

座振替なら納め忘れの心配がなく、手間が省けて便利です。また、保険料が割引になる前納や早割制度もあり、お得です。クレジットカード納付もできます。

| | 種類 | 割引額 | 納付時期 |
|------|--------|-----------|------------------------------|
| ☐座振替 | 2年前前納 | 15,640円割引 | 2年度分の保険料を4月末に |
| | 1年前前納 | 4,150円割引 | 4月～3月分を4月末に |
| | 6か月分前納 | 1,120円割引 | 4月～9月分を4月末に 10月～3月分を10月末に |

※平成29年度の割引金額

※前納を希望する場合は、2月末までに年金事務所または金融機関へ申し込んでください。(年金手帳または納付書・預貯金通帳・届出印を持参してください。)

早割制度(毎月納める保険料も口座振替がお得)

毎月納付の場合でも、当月末振替による早割にすると、保険料が月々50円割引になります。(平成29年度の割引金額。平成30年度は未定です。)初回は、前月分と当月分の振替となり、保険料が割引となるのは、当月分からです。一部免除を受けている人は利用できません。詳しくは、桜井年金事務所(☎42-0033)まで。



楽しみながら一緒に子育てしませんか？
公立幼稚園は、子育てを応援しています。

こんなことをして遊びます

- ・誕生会
- ・作って遊び
- ・水遊び
- ・運動遊び
- ・リズム遊び
- ・親子でゲーム など



クラッカーパーティー

各園では、「わくわくランド」を手伝うボランティアや、預かり保育サポーターを募集しています。詳細は各園に問い合わせてください。

各園の所在地と問い合わせ先

- 桜井南幼稚園 (大字河西 207 ☎ 43 - 2947)
- 安倍幼稚園 (大字生田 578 ☎ 42 - 3608)
- 三輪幼稚園 (大字三輪 324 ☎ 42 - 6077)
- 織田纏向幼稚園 (大字芝 1835 ☎ 43 - 0240)
- 桜井西幼稚園 (大字大福 356 ☎ 42 - 9107)

行政情報

各学童保育所の申込みを受け付けます

平成30年度学童保育所の申込みを2月19日④から児童福祉課の窓口で受付します。ただし学童保育所によっては、申請しても待機となる場合があります。
▽対象 低学年で申請がまだの人、高学年(新4、新6年生)

申・問 児童福祉課児童福祉係(☎内線281)

建物の届出は
固定資産税係へ

平成29年12月末日までに、建物を取り壊したり、未登記家屋の納税義務者や用途を変更するなど、使用状況が変わった建物があれば、2月末までに届出てください。

届出がないと、来年度以降も同様の状態で課税台帳に登録されるため、注意してください。
申・問 税務課固定資産税係(☎内線543・544)

入札参加資格審査を受け付けます

▽申請の種類 建設工事、測量

「道徳教育の取り組み」
大三輪中学校

大三輪中学校では、班・グループでの主体的な話し合いや発表を大切に授業づくりに取り組んでいます。道徳教育のさらなる充実を図るため、ICTを活用し、副読本や適切な資料を用いた学習を行っています。教科・生徒会活動・部活動など教育全般を通じて、子どもたちの道徳性を養う活動を進めています。



- 奈良県道徳教育振興会議からの提言
- 先生や友達とのつながりを大切に、共に育ち合う楽しい学校にしましょう。
 - 家族のつながりを大切に、愛情を感じる心安らぐ家庭にしましょう。
 - 様々な人々とのつながりを大切に、たがいが温かく支え合う地域社会にしましょう。

☎学校教育課(☎内線607)

および建設コンサルタント等、物品購入・業務委託等・小規模修繕(建物)

▽受付期間 2月1日④～21日

④の平日午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)

▽登録有効期間

市内業者：平成30、31年度

市外業者：平成30年度

▽申請方法 申請要項・提出書類を市ホームページで確認のうえ、各課へ持参

申・問 土木課入札係(☎内線215)・出納課用度係(☎内線512)

奈良地方務局人権擁護課が移転します

▽移転日 2月13日④

▽新所在地 奈良第2地方合同庁舎2階(奈良市高畑町)

募集

自衛官を募集します

①自衛官候補生

▽資格 18歳以上27歳未満の人

▽受付期間 随時受付中

▽試験日 受付時にお知らせ

②予備自衛官補

▽資格 《一般》18歳以上34歳未満《技能》18歳以上で国家資格等を有する人(資格により53歳未満、55歳未満の人)

▽受付期間 4月7日まで

▽試験日 4月14日、18日

申・問 自衛隊天理募集案内所(☎0743・63・2540)



・使っている補聴器の聞こえが落ちてきた。
・家族から補聴器したら？と言われる 聞こえの事で気になったら、
・家族の話しが聞きづらい... まずはご相談から...

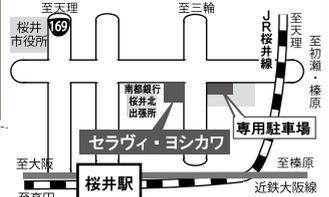
補聴器の相談会

補聴器 0744-42-7105
メガネ セラヴィヨシカワ

特別相談日

2/3(土)4(日)
5(月)・6(火)
9(金)・10(土)
11(日)・12(月)

南都銀行・桜井北出張所を東へ50メートル



聞こえの測定には時間がかかる場合がございます。事前の予約をおススメ致します。

桜井市栗殿1007-18 営業時間 AM10:00～PM7:00(木曜不定休)駐車有り

学校法人 大三輪幼稚園

社会福祉法人 幼保連携型

桜井認定こども園三輪学園

年少～年長学年 保育見学受付中

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。

0歳児～5歳児 入園募集中
保育見学受付中!

- | | | | |
|----|---|----|----------------------------------|
| 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の 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 |

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

**観光ボランティアガイド
の会 新会員を募集**

桜井市を訪れた人に、豊かな歴史の景観や文化財、史跡を案内して理解を深めてもらう活動を行っています。年齢や性別は問いません。原則木曜日に所要の養成研修があります。10月以降の半年は先輩会員につきます。

▽費用 年会費1,000円

※入会金は不要です。

▽申込方法 ハガキまたはFAXに、郵便番号・住所・氏名・電話番号を記入のうえ、3月22日(木)までに左記へ。

申・岡 市観光ボランティアガイドの会事務局(市観光まちづくり課内)内線342・FAX461782

**奈良県障害者スポーツ
大会参加者募集**

▽日程・種目・会場

●4月15日(日)

(バスケットボール)奈良県心身障害者福祉センター体育館(サッカー)県立高等養護学校グラウンド(フットベイスポール)県立高等養護学校グラウンド

●4月22日(日)

(卓球競技)奈良県心身障害

者福祉センター体育館(ソフトボール)県立高等養護学校グラウンド

●5月13日(日)

(フライングディスク)県立高等養護学校グラウンド

●5月20日(日)

(水泳競技)ならやま屋内温水プール(奈良市総合福祉センター)

●5月27日(日)

(陸上競技)県立檀原公苑陸上競技場

▽対象 県内在住の身体障害者手帳(内部障がい者は、膀胱または直腸機能障害のみ)・療育手帳を持っている平成30年4月1日現在満13歳以上の人

▽申込期限 3月2日(金)まで

▽学校・施設に在学または入所中の人は、学校長・施設長へ。

申・岡 社会福祉課障害福祉係(内線273)

大 催し・講座

**桜井少年少女合唱団
の体験教室**

歌が大好きな市内の子どもたち、一緒に歌いましょう!

▽日時 2月4日(日)、11日(日)、18日(日)、25日(日)午前10時~正午

▽場所 中央公民館3階大会議室



申・岡 中央公民館(☎450965) ※月・火曜休館

市観光協会主催事業

①日本書紀講座

▽日時 2月25日(日)

午後1時30分~3時30分

▽場所 市立図書館

▽内容 百濟大寺(吉備池廃寺)舒明天皇の時代を探求する

▽講師 大脇潔さん(奈良文化財研究所名誉研究員・近畿大学元教授)

▽費用 1,000円(資料代)

▽申込方法 電話、ハガキ、FAXまたはメールに住所・氏名・電話番号・年齢・性別を記入のうえ申込み

②万葉ゆかりの地 味酒三輪の里を歩くハイキング

▽開催日 2月18日(日)・3月18日(日)

▽集合時刻・場所 午前9時45分・JR三輪駅※予約不要

▽費用 無料

▽コース(約3km) JR三輪駅

↓大神神社↓大和の杜展望台↓恵比須神社↓古い商家街

並み↓JR三輪駅(正午頃解散)

申・岡 (一社) 桜井市観光協会(☎・FAX 42・7530・〒633・0063 大字川合260・2 商工会館2階・Eメール kyokai@sakuraikanko.jp)

〒633・0063 大字川合260・2 商工会館2階・Eメール kyokai@sakuraikanko.jp)

わきもと質店 質と買取
ダイヤ・金・プラ・ブランド品 ☎0744(42)2215
桜井市桜井1006 桜井駅から徒歩約7分、R165沿い信号角の店

どんなお車でも買取致します
高価買取
事故現状車
不要になった車
お乗換えを検討中の方
先着5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

「わかざくら見た!とお伝え下さい!」

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
Tel.0742-33-6512 営業時間 9:00~19:00
奈良市三奈大路1-7-3

広告

ボランティア推進講演会

「詩が開いた心の扉」奈良少年
刑務所での試み」

豊かなところで人と人がつな
がっていくことの大切さを気づ
かせてくれます。

▽日時 2月4日⑧

午後2時～3時30分

▽場所 市立図書館研修室1

▽講師 寮美千子さん(作家・
詩人)

▽費用 無料(申込不要)

問 桜井市社会福祉協議会(☎
42・2724)

第93回 ランチタイム
コンサート

「音楽閑話(音楽とともに)」

▽日時 2月8日⑧

午後0時15分～0時45分

▽場所 市民会館ロビー

▽出演者 土家倫子さん(お話)

問 文化を考える桜井市民の
会(☎090・6751・
5708)

特殊詐欺等マル秘対策
セミナー

特殊詐欺の手口は常に新しく
なっています。最新の手口や対
策法を解説するセミナーです。

▽日時 2月13日⑧

午後1時～3時

▽場所 市役所2階大会議室

問 近畿財務局奈良財務事務
所理財課(☎0742・27・
3163)

里山ボランティア体験

▽開催日 2月24日⑧

▽集合時間・場所 午前9時
30分・山野草の里(大字三谷

528) ※駐車場あり

▽内容 冬の里山保全活動

▽定員 10名(先着順)

▽費用 500円(軽食あり)

▽持ち物 水筒、タオル、軍手、
作業着、長靴

▽申込期限 2月16日⑧

申・問 NPO法人山野草の里
づくりの会村上(☎0745
・23・0383・Eメール
nurakamy@maia.eonet.
ne.jp)

在宅医療・介護講演会
「なんとめでたい臨終」

がんや認知症になっても、誰
もが最期まで家で朗らかに生き
ることはできます。千人以上を
在宅で看取った名医による「旅
立つ人も見送る人も満足な死に
方」についての講演です。

▽日時 3月4日⑧

午後1時30分～3時30分

▽場所 市立図書館研修室1

▽講師 小笠原文雄さん(日本
在宅ホスピス協会会長・小笠
原内科医院長)

▽対象 市内在住在勤の人

▽費用 無料(申込不要)

問 地域包括ケア推進室(☎内
線595)



奈良県マンション管理
基礎セミナー

▽日時 3月4日⑧

午後1時30分～4時30分

▽場所 中央公民館視聴覚室

▽内容 講義1「マンション管
理の基礎知識」講義2「建物
の劣化とメンテナンス」

※同会場で、午前10時～正午ま
でマンション管理無料相談を
実施。県住まいまちづくり課

(☎0742・27・7540)
へ電話で申込んでください。

▽定員 60名(先着順)

▽費用 無料

▽申込方法 営繕課にある申込
書を郵送、FAXまたは直接
持参のうえ申込んでください。

申・問 営繕課住宅係(☎内線
243・FAX46・1782)

私たちは、常に最善の解決を求めます。

Nara Manyo Law Office (奈良弁護士会所属 代表弁護士 高島健太郎)

奈良万葉法律事務所

☎0744-28-8100 万葉法律事務所 検索

橿原神宮前駅 西出口前

広告

質
玉置質店

質預かり 買取

金 プラチナ ダイヤモンド ルイ・ヴィトン
シャネル ロレックス 金券など

FGA英国宝石学協会認定鑑定士の店

0744-42-2136 玉置質店 検索

桜井市桜井841(本町通5) 定休日 火曜日・12日

「竹内街道・横大路でつな
がるぐるりんバス」運行

1、400年に渡る悠久の歴史を伝える「最古の国道」く竹内街道・横大路（大道）くが日本遺産に認定されたことを記念し、街道周辺の神社仏閣やイベント会場、酒蔵などの地域の見所を循環バスでつなぎます。

▽日程 2月18日⑩（羽曳野市・太子町・葛城市・大和高田市・橿原市・桜井市・明日香村）、

3月18日⑩（堺市・松原市・羽曳野市・太子町・葛城市）

▽費用 当日バス車内で販売... 500円、近畿日本ツーリスト（堺高島屋内営業所、近鉄八木駅営業所）とインターネッでの事前販売... 400円

大和まほろば相撲
連絡協議会事業

香芝・葛城地域の相撲発祥ゆかりの地などを巡るウォーク。コース途中には、ポランテアガイドによる説明や甘酒のふるまい、ゴール会場では、ちゃんこのふるまいがあります。



すけのやまん

※当日何度でも乗り降り可
※詳しくは、竹内街道・横大路
活性化実行委員会の公式ホームページ（http://www.saikonokandou.com/）を。

▽近畿日本ツーリスト関西
MICE支店（☎06・6635・2627）

桜井ライオンズクラブプレゼンツ

親子でオーケストラ

～聴いてさわって奏でてみよう～

本格的なオーケストラの演奏を聴いてワクワクな時間を過ごしてみませんか。



親子で一緒に楽しめる演奏もあります。日常生活に忙しく生演奏の音楽を聴く機会がない人、赤ちゃん連れの人大歓迎！楽器体験や指揮者体験もできます。

▷日時 3月3日⑩ 10:20～楽器体験 11:00～12:00 演奏会

▷内容 楽器体験、演奏会（天理シティーオーケストラ）

▷場所 市立図書館研修室1

▷費用 無料（申込不要）

▽問合せ けんこう増進課すくすく支援係（☎内線 481）

▽日時 3月11日⑩※小雨決行

▽受付時間・場所 午前9時30分～10時30分・近鉄二上駅南側ロータリー

※当日受付、随時出発

▽費用 無料（申込不要）

▽コース（約6km）近鉄二上駅→大坂山神社（穴虫）→

大の松為次郎の墓碑→道の駅ふたかみパーク当麻→石光寺→当麻寺→葛城市相撲館「けはや座」（ゴール）

※到着後自由解散

▽持ち物 弁当、水筒、雨具等

▽問合せ 大和まほろば相撲連絡協議会事務局（市観光まちづくり課内）（☎内線342）

ハロートレーニング
「急がば学べ」

再就職を考えている人対象に次の受講生を募集しています。

▽訓練科 ①CAD/NC技術

科②住環境コーディネーター科

▽定員 各16名

▽訓練期間 4月～9月末

▽訓練場所 ポリテクセンター奈良（橿原市城殿町）

▽費用 無料（教科書代は別途）

▽申込方法 2月1日⑩～28日

※までに左記へ

▽問合せ ポリテクセンター奈良

（☎22・5226）

高齢者にやさしい 介護タクシー

病院の通院・お買い物など 皆様の外出をサポートします

初乗り1.5km 600円

「信頼とやさしさ」がモットーの まるはし福祉タクシー TEL:0744-42-0058

桜井市吉備646-14 介護保険利用可能 FAX:0744-42-0059

大阪名物 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。※1,500円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 ヤクヤク TEL.090-3843-8989 キャベツ焼 焼き処 検索 f

パソコンお悩み相談会ははじめました

✓パソコンは始めるにはどうしたらいいの ✓タッチタイピングしたい

✓写真の取り込みってどうするの ✓○○な資料を作りたいんだけど

✓インターネットで○○調べたいのだけど などなど出来る限りお応えいたします

1.相談内容をお問い合わせください このチラシをご覧の方は 通第1,840円のところ

2.教室に来られる日時を伺い、ご予約頂きます 30分 - 1,080円 (税込)

3.教室にお越しください(パソコン持込可)

※内容により承ることが出来ない可能性もございます。新規会員様も募集中!!

修理や故障の相談やお電話のみのご相談はお受け出来かねます ご了承ください

私たちは同じことを100回聞かれても笑顔でお答えします

パソコン教室ホエル TEL0744-42-0370 受付時間 10:00～17:00

桜井市川合268 鯉ヶ淵ビル2階 桜井駅北口から徒歩3分 駐車場有

わが家に塗装は必要? 塗装費用はどれ位? などのお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!

お申込み後のキャンセルOK! お気軽にお申込みください!

プロタイムズ 桜井店 味波塗装株式会社 奈良県桜井市三輪963-2 ☎0120-924-373

第65回オストメイトの
個別相談会

- ▽日時・場所
① 2月20日(土)午前9時～正午
県文化会館(奈良市登大路町)
② 2月24日(土)午前9時～正午
県社会福祉総合センター(橿原市大久保町)
▽費用 無料(申込不要)
▽相談対応者 専門看護師、支部役員、ストーマ装具業者
▽問 (公社)日本オストミー協会奈良県支部 三田村(☎0742-49-1839)

お知らせ

善意銀行(12月分)

- 市民のみなさんからの、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。
・植田工務店様 5,000円
・桜井市仏教会様 368,832円
・桜井ライオンズクラブ様 74,500円
・匿名様 5,000円
・みぞち会様 107,692円
▽預け入れ先 善意銀行(社会福祉協議会内 ☎42-2724)・社会福祉事務所

危険ごみ回収日

- ▽月・木コース：2月20日(土)
▽火・金コース：3月15日(土)
危険ごみ(スプレーカン・カセットボンベ等)は、中身を使い切り穴を開けずに、右記回収日の朝8時30分までに集積場所のコンテナに入れてください。
市グリーンパークに持ち込みの場合は、無料で引き取ります。
▽問 環境部業務課(☎45-2001)

大和川をきれいに

大和川では、雨量が少なく水質の悪化する2月を「水質改善強化月間」としています。
川が汚れる主な原因は、家庭から出る生活排水です。よりきれいな大和川にするため、水質改善への協力をお願いします。
▽問 国土交通省近畿地方整備局大和川河川事務所(☎072-971-1381)

放送大学で
学んでみませんか?

テレビ、ラジオ、インターネットで学ぶ放送大学で、4月入学の学生を3月20日(土)まで募集中です。幅広い世代、職業の人

| | |
|--|---------------------------------------|
| 奈良県はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具製造業 | 時間額 860円 (H29.12.27 発効) |
| 奈良県電子部品・デバイス・電子回路、発電用・送電用・配電用電気機械器具、産業用電気機械器具、民生用電気機械器具製造業 | 時間額 849円 (H29.12.27 発効) |
| 奈良県自動車小売業 | 時間額 851円 (H29.12.27 発効) |
| 奈良県木材・木製品・家具・装備品製造業 | 時間額 816円 日額 6,527円 (H元.1.25 発効) |

が働きながら学んでいます。資料請求は無料。放送大学のホームページからも出願できます。
▽問 放送大学奈良学習センター(☎0742-20-7870)
県特定最低賃金が改正
奈良県最低賃金は時間額786円(平成29年10月1日発効)です。県内で働く人すべてに適用されますが、次の産業に該当する労働者には、それぞれ特定最低賃金が適用されます。
▽問 奈良労働局賃金室(☎0742-32-0206)

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) TEL 0744-42-6032
ホームページ <http://www.sakura-yochien.ed.jp/>
※見学いつでも可
★アットホームな預かり保育!!
★子育てするお母さんを応援!!
一願書受付中一
定員になり次第締め切り(あとわずかです)
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気軽にご参加ください。
●日 程: 3月6日(火) 通園バスに乗ってでかけましょう
※来年度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 徳をのばす 知をみがく 美をつくる
●特色 畿央大学との連携 通園バス送迎有り 給食有り 預り保育(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/>
畿央大学付属幼稚園

**消防法違反に
なっていないませんか？**

建物を増築したり、新たな店が入る際、消防法違反となっていることがあります。次のようなときは消防署に相談のうえ、スプリンクラーや自動火災報知機などの消防用設備を設置し、必要な届出をしてください。

- ・事務所を飲食店にする場合
- ・建物の用途を変更したため、面積に関係なく自動火災報知設備が必要になった場合

・鉄骨造（その他構造）の工場を増築し、延べ面積が700㎡以上になったため屋内消火栓設備が必要になった場合

なお、消防法に違反した場合、建物の名称、所在地、違反内容を消防本部ホームページに掲載したり、行政処分の対象となる場合があります。

奈良県広域消防組合桜井消防署（☎42・4119）



市歩ムツ会

北・山の辺の道
▽日時 2月25日⑩午前7時45分
分・桜井駅北口集合

▽コース（約22km）

JR桜井駅→JR奈良駅→新薬師寺→百毫寺→崇道天皇陵→円照寺→弘仁寺→白川ダム→石上神宮→天理駅

▽持ち物 昼食・雨具

▽費用 300円

▽締切日 2月21日⑩

申・固 総合体育館（☎45・0609）

**市バレーボール協会
への登録**

ソフトバレーボール部女子の部・混合の部に登録を希望するチームは、3月1日⑩午後5時までに、総合体育館へ申込んでください。

**市ソフトボール協会
への登録説明会**

平成30年度少年の部・一般の部の登録説明会を行います。登録を希望するチームの代表者

今月の市税・保険料

- 固定・都計税（4期分）
- 国民健康保険税（8期分）
- 介護保険料（8期分）
- 後期高齢者医療保険料（8期分）

納期限は**2/28**⑩です。

納め忘れのないよう、注意してください。

市内最高タイム（小中学校の部）

| 種目 | 名前 | 学校名 | タイム |
|-------------------|--------|------|--------|
| 小学1・2・3年生男子 1.7km | 山口 颯志朗 | 桜井小 | 7分19秒 |
| 小学1・2・3年生女子 1.7km | 片山 すみれ | 桜井西小 | 8分2秒 |
| 小学4・5・6年生男子 2km | 堀 晴貴 | 桜井小 | 7分30秒 |
| 小学4・5・6年生女子 2km | 横山 綾香 | 朝倉小 | 8分14秒 |
| 中学男子 5km | 上江州 陸 | 桜井東中 | 18分25秒 |
| 中学女子 3km | 吉川 稀琳 | 桜井中 | 11分55秒 |

新春マラソン大会結果

は、必ず参加してください。
▽日時 2月10日⑩
午後7時30分
▽場所 総合体育館会議室
申・固 総合体育館（☎45・0609）

本誌、元祖掲載店の実績・責任

この国になくてはならない メガネの専門店

メガネセンター

小児用、遠近両用メガネ専門店!!

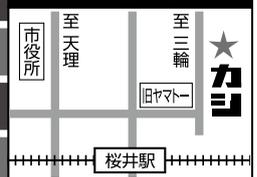


深視力測定出来ます!!

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

桜井市粟殿271 ●営業時間/9:00~18:00 ●木曜日 予約のみ

Nice Day,s Together!

大和信用金庫



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

大和信用金庫

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



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

| 行事 | 対象 | 日程 | 内容 | 備考 |
|-------------------------------|-----------------------------|--|---|---|
| 健康相談 | 桜井市民 | 2/19 ㊤ 9:30～11:00 ※要予約 | 生活習慣病に関する相談、 保健師・管理栄養士の健康相談、 * 血圧測定、* 尿検査など (* は必要な人のみ) | ▷場所 保健福祉センター「陽だまり」1階 ▷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 |
| 胃がん・肺がん・大腸がんセット検診 (結核健診含む) | 35歳以上の市民 ※大腸がん検診のみ満40歳以上 | 3/2 ㊤、3/3 ㊤、 3/5 ㊤ 9:00～11:20 (検診時間はこちらで指定させていただきます) ※医療センター (☎ 45-2505) へ要予約 定員になり次第締め切りになります。 | 胃がん検診：バリウムを飲んで胃部のレントゲン撮影 肺がん検診：胸部のレントゲン撮影と痰の検査 (必要な人) 大腸がん検診：2日間の検便 ※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、かかりつけ医で受診してください。 | ▷場所 保健福祉センター「陽だまり」1階 ▷費用 胃がん…900円 肺がん…無料 (ただし、痰の検査が必要な場合は300円) 大腸がん…1,000円 |

県民対象公開講演会

「アンチエイジング 運動 - 食事 - 精神(脳・睡眠) - 環境」

- ▷日時 2月25日㊤ 13:00～15:00
- ▷場所 かしはら万葉ホール (橿原市小房町)
- ▷講師 山田秀和さん (近畿大学医学部奈良病院皮膚科診療部長・近畿大学アンチエイジングセンター副センター長)
- ▷対象 奈良県在住の人
- ▷定員 約300名
- ▷費用 無料
- ▷問い合わせ先 奈良県総合医療センター中央臨床検査部会 (☎ 0742-46-6001 内線 2392)

県民公開講座

「女性のための健康講座」

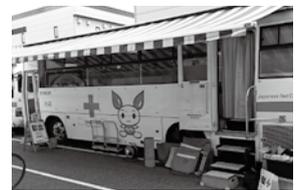
- ▷日時 3月3日㊤ 14:00～16:00
- ▷場所 奈良商工会議所 (奈良市登大路町)
- ▷内容 女性の健康習慣に学ぶ
～意外に知らないカラダのこと～
- ・「乳がん検診と治療の最前線」
中村卓さん (名張市立病院乳腺外科医長・奈良県立医科大学附属病院乳腺外科非常勤医師)
- ・「婦人科がんの現在と未来～子宮・卵巣のがんは予防可能～」
杉浦敦さん (奈良県総合医療センター産婦人科医長)
- ▷定員 150名
- ▷費用 無料

献血に協力してください



献血とは、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者のために、健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。

日本国内では、1日あたり約3,000人の患者が輸血を受けているとされています。現在、輸血に使用する血液は、まだ人工的に造ることができず、長期保存もできません。輸血に必要な血液を確保するためには、1日あたり約13,000人もの協力が必要です。献血へのご協力を、お願いします。



- ▷受付日時 3月1日㊤ 10:00～16:00
- ▷受付場所 桜井市役所本庁舎1階ロビー
- ▷主催 桜井ライオンズクラブ、(一社)桜井青年会議所、桜井市職員組合
- ※200ml献血は、必要人数を確保できた場合、お断りすることがあります。

平成29年度の各種健(検)診は2月末で終了します

毎年の健康チェックはお済みですか？健(検)診は、現在の体の状態をチェックするためのものです。定期的に受けることで体の変化もわかります。健(検)診を受けることで病気を早期発見し、生活習慣を見直す機会になります。

40歳から74歳の人には、今年度受診可能な検診を○印で記載した受診券を、昨年5月末に送付しています。受診がまだの人は、早めに受けましょう。



| 項目 | 対象 | 内容 | 自己負担金 | 受診方法 |
|----------------|---|----------------------------|---------------------------------|---|
| 大腸がん検診 | 40歳以上の人 | 問診、便潜血検査(検便) | 1,000円※ | <p>実施場所は市内実施医療機関のみです(特定健康診査・子宮がん検診・乳がん検診は市外でも受診できます)。</p> <p>医療機関へ直接申し込んでください。予約不要の医療機関もあるため、詳しくは、昨年5月末に送付の受診券に同封している案内を確認のうえ、受診してください。</p> <p>受診券を送付していない20歳～39歳の子宮がん検診を希望する人と、75歳以上の大腸がん・乳がん・子宮がん検診を希望する人は、けんこう増進課まで申込みが必要です。</p> |
| 前立腺がん検診 | 50歳以上の男性 | 問診、血液検査 | 600円※ | |
| 乳がん検診 | 40歳以上の女性 (H28年度受診者は対象になりません) | 問診、マンモグラフィ | 2,300円※ | |
| 子宮がん検診 | 20歳以上の女性 (H28年度受診者は対象になりません) | 問診、視診、内診、細胞診 | 2,000円※ (体がん検診を受けた人は3,500円※) | |
| 肝炎ウイルス検診 | 40歳以上で過去に肝炎ウイルス検診を受けたことのない人 | 問診、血液検査 | 無料 | |
| 歯周疾患検診 | H29年3月31日現在40歳・50歳・60歳・70歳の人 | 問診、診察(歯周組織検査) | 無料 | |
| 骨粗しょう症検診(女性のみ) | H29年3月31日現在40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の女性 | 問診、骨塩定量測定 | 1,300円※ | |
| 特定健康診査 | 桜井市国保に加入している40～74歳の人 | 問診・計測・血圧・検尿・心電図・血液検査、医師の診察 | 1,000円 | |



※上記健(検)診は、職場健診等他に同等の健(検)診を受ける機会のない人を対象に、実施にかかる費用のうち一部を公費で負担する制度です。自己負担金が無料になる人は、以下のとおりです。

- ① 75歳以上の人
- ② 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を持っている人
- ③ 生活保護を受けている人
- ④ 市民税非課税世帯の人(受診する前に、けんこう増進課まで連絡してください)

かかりつけ医を持ちましょう

同じ医療機関でも、身近なかかりつけ医(クリニック・診療所)と大病院(専門病院)では役割が違います。

日常的な診療や健康管理をしてくれる身近なお医者さんが、かかりつけ医です。

かかりつけ医を決めておくと、命にかかわる急性疾患を早期に発見できたり、適切な生活習慣病対策も可能になります。また、かかりつけ医がいれば、自分の健康状態に不安を感じたり疑問を持ったときには、いつでも相談にのってもらうことができ、病状に応じて、より専門性の高い医療を提供する病院を紹介してもらえます。

まずは、自身の健康状態をよく把握しているかかりつけ医を持ちましょう。



| 相談名称 | 相談日 | 相談場所 | 問い合わせ先 | 受付・申込 |
|----------------------------|--|----------------------|---|--|
| 中南和法律相談センター 無料法律相談〈要予約〉 | 毎週火曜日 13:00～16:00 | 市役所1階 相談室 | 奈良弁護士会 (☎0742-22-2035) | 相談日2週前の火曜9:30受付開始。 |
| 弁護士による 無料法律相談〈要予約〉 | 2/8 ㊦ 13:00～16:00 | | 2/1 ㊦ 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 2/9 ㊦ ② 2/22 ㊦ 13:00～16:20 | | ①は2/2 ㊦、②は 2/14 ㊦ 8:30受付 開始。先着5名。 | |
| 行政書士による 法務相談〈要予約〉 | 2/23 ㊦ 13:00～16:20 | | 市民協働課市民生活係 (☎内線534) | 2/9 ㊦ 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2階 消費生活センター | 初回の受付時のみ 15:30まで。 |
| 行政相談 | 2/14 ㊦ 13:00～16:00 | 市役所1階 相談室 | 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 | 2/15 ㊦ 13:00～16:00 | 市役所1階 相談室 | 人権施策課人権係 (☎内線561) | |
| 女性相談 〈面接相談は要予約〉 | 電話相談2/26 ㊦ 10:00～11:30 面接相談2/26 ㊦ 12:30～15:00 | 市役所1階 相談室 | 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) | 2/19 ㊦ 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 |

共に生きる

なにげない「小さな幸せ」

3人に1人が65歳以上の高齢者となる時代を迎えています。

昨年末に厚生労働省が2015年の都道府県別の平均寿命を公表しました。奈良県は男性が81.36歳で全国4位、女性は87.25歳で全国16位で、2010年調査より寿命はのびています。

この調査では、「上位の都道府県は糖尿病での死亡割合が低かったり喫煙者が少なかったりといった特徴があり、下位では食塩摂取量の多さや歩行数の少なさなどが見受けられる」と分析しているようです。積極的に体を動かすことやウォーキングは健康で長生きできる秘訣であるようです。

ところで、高齢者ができる限り介護状態に陥ることなく、健康でいきいきとした生活を送れることを目的に取り組まれている「いきいき百歳体操」が、桜井市内でも大きく広がっています。

「いきいき百歳体操」は、高知県高知市で開発されたおもりの使った筋力運動の体操で、熱心な地域住民の方々により、各地の集会所等で開催されるようになりました。毎週地域で開かれる「いきいき百歳体操」を楽しみにしている高齢者の方もたくさんおられ、「トイレの際の立ち上がりも随分楽になった」という声も寄せられています。

また、作家の五木寛之さんは、超高齢社会に生きるために、なにげない日常の「小さな幸せ」に気づくことの大切さを説いておられます。

「いきいき百歳体操」の取り組みは、高齢者が日常生活に張りを持ち、人と人との絆を育む機会づくりとしても期待されています。



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45 -

今回は、「大和さくらい100選」に選ばれている記紀万葉ゆかりの地「王家の谷」・「本朝三美人の里」を紹介するよ！

じよめい
舒明天皇陵（段ノ塚古墳）

段ノ塚古墳は、第34代舒明天皇のお墓である押坂内陵に治定され、宮内庁により管理されています。この古墳は、外鎌山南麓、尾根の南斜面に築かれています。墳形は、3段造りの方形壇の上に、2段造りの八角形の墳丘をのせた姿で、上八角形下方墳と呼ばれています。

舒明天皇（在位：西暦629-641）は、中大兄皇子（のちの天智天皇）や大海人皇子（のちの天武天皇）の父親です。在位中には最初の遣唐使を派遣し、百済や新羅との交流を図ったなどの功績があります。なお、大字吉備にある吉備池廃寺跡（国史跡）は、舒明天皇が発願し造られた「百済大寺」と考えられています。



←舒明天皇陵

たまつしまみょうじん
玉津島明神

忍坂街道沿いに衣通姫が祭神の玉津島明神があります。衣通姫は、『日本書紀』によると第19代允恭天皇の寵愛を受けた女性で、同天皇の皇后である忍坂之大中津比売の妹であり、名は弟姫と言ひ、「衣を通して光り輝いた」といわれるほどの絶世の美女として、衣通郎女と呼ばれていました。なお、諸説ありますが、本朝三美人*の1人とも言われています。

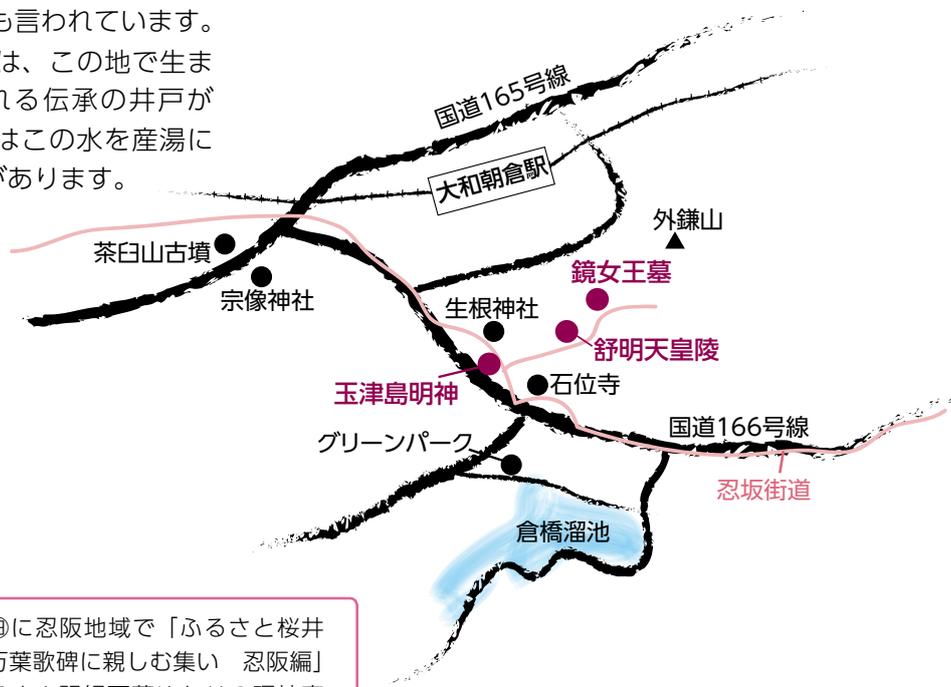
玉津島明神の小さな祠の傍らには、この地で生まれた衣通姫が産湯で使ったとされる伝承の井戸が残っています。また、大字忍阪にはこの水を産湯に使うと美人になるといふ言い伝えがあります。

かがみのおおきみほ
鏡女王墓

舒明陵よりさらに東に向かう谷間の奥にあります。鏡女王は、天智天皇の妃となったのち藤原鎌足公の正室になったとされます。容姿端麗で現在の興福寺（奈良市）建立にも関わったとされます。和歌にも優れ、『万葉集』にも歌が収録されており、まさに才色兼備の女性です。

また、藤原鎌足公を主祭神とする談山神社境内には鏡女王を祭神とする恋神社（東殿）があり、近年人気の縁結びスポットとなっています。

*本朝三美人…日本の歴史上において特に美人とされる3人の女性のこと。



3/4㊦に忍阪地域で「ふるさと桜井 記紀万葉歌碑に親しむ集い 忍阪編」をやるよ！記紀万葉ゆかりの現地案内や万葉うたいびと風香さんのコンサート、「記紀万葉と忍阪」をテーマにした講演会もあるよ〜。詳しくは市ホームページを見るか、Twitterでもつぶやくから、楽しみにしててや〜！

「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23



本を読むこと聞くことは
生きる力になるんです。

土谷 照子 さん

TSUCHITANI Teruko

桜井おはなしの会の結成当初のメンバーであり元代表。入会以前は、5年間自宅を開放し、子どもたちに本を読み聞かせる活動を行っていた。

子どもたちにおはなしを通して、本をもっと身近に、もっと読んでもらいたいという思いで活動をしている桜井おはなしの会。土谷照子さんは、昭和58年結成当初からのメンバーとして、市内の学校や幼稚園、図書館などを中心に、子どもたちにおはなしを届けている。

会の活動内容は、おはなしだけでなく、紙芝居や手遊びなど種類は豊富である。また、おはなしと言っても、ただ本を読み聞かせるだけではない。話し手は物語の中身をすべて記憶し、子どもたちの様子や表情を見ながらおはなしをするのだ。メン

バーにはそれぞれ個性がある。話し手が変わるとまったく違う雰囲気となり、聞き手を飽きさせない。

土谷さんは、現在までにおはなし70作品、紙芝居19作品などを子どもたちに届け、今も新たな作品に挑戦し続けている。活動のきっかけは、自分が若い頃1年間病気になる無事に回復できたとき、「助かったこの命を未来の子どもたちのために何かしよう」と決心したことである。

学校などから依頼があると、子どもたちの年齢に応じて時間を調整したり、季節感のある話や親しみやすい物語を選ぶことから始める。選ぶ物語により20分以上暗記することも少なくない。「まず物語の半分までを覚えながら、残り半分を読んでおく。すると自然と後半の物語が頭に入ってくるんです」。これが、物語を覚えるコツである。土谷さんは紙芝居を得意とし、その小道具はすべて手作りにとこだわっている。「今の子どもたちは紙芝居を見る機会が少



会員手作りの小道具や絵本

ないので、どこに行っても喜ばれますね。次をめくるとどうなるのか想像力を養うことができ、その想像力が相手や周囲の気持ちを考える力につながるんです」。土谷さんは、子どもたちへの思いを熱く語る。

読むことや聞くことは子どもたちの世界観を広げ、生きる力になるという。本は、自宅のリビングなど身近で子どもの手が届くところに置いてほしいと土谷さんはアドバイスする。桜井おはなしの会の一員として、土谷さんの活動は子から孫世代へ受け継がれ、子どもたちのためにこれからも変わらず続いていく。

子どものページ

つどいの広場

大字粟殿 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 | | 対象 | 日時 | 内容 |
|---------------|---------|--------------------|--------------------|---|
| ふれあいの日 年齢別 | 0歳児の日 | H28.4/2 生まれ以降 | 2/7 ㊟ 9:00～12:00 | ふれあいタイムに、お話を楽しみましょう。 ※どの年齢も、基本の週より1週間早くなっています。 |
| | 1歳児の日 | H27.4/2～H28.4/1 生 | 2/14 ㊟ 9:00～12:00 | |
| | 2・3歳児の日 | H25.4/2～H27.4/1 生 | 2/21 ㊟ 9:00～12:00 | |
| 誕生日会 | | 2月生まれ | 2/16 ㊟ 11:30、14:30 | みんなでお祝いしましょう。 |
| フレッシュ・パパママ講座 | | 生後3～12か月の赤ちゃんとパパママ | 2/3 ㊟ 9:30～11:30 | 1人目の赤ちゃん向けの内容です。定員10組。希望者は問い合わせください。 |
| 発育測定 | | | 2/20 ㊟ 10:00～11:30 | 身長・体重を計測できます。 |

要申込

※春休み期間の3/26 ㊟～4/6 ㊟は、0、1、2歳児のお子さん優先とさせていただきます。午後からは就学前のお子さんどなたでも利用できます。ご協力よろしくお祈いします。

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 | 2/6 ㊟ 10:30～11:30 |
| 特別企画 | 英語で遊ぼう | 2/8 ㊟ 10:30～11:00 |
| | 音で遊ぼう | 2/15 ㊟ 10:30～11:30 |
| ホール開放 | | 2/3 ㊟・10 ㊟・17 ㊟・24 ㊟ 10:00～11:30 |
| 劇団“六” | | 2/16 ㊟ 10:30～11:10 |

公立保育所 つくしんぼ広場

各公立保育所で毎月1回園庭を開放して遊びを提供したり、子育ての相談を行っています。気軽に遊びに来てくださいね。

▷日時 (2月)

第1保育所(大字吉備 ☎ 42-3166) 2/6 ㊟

第2保育所(大字外山 ☎ 42-4380) 2/6 ㊟

第3保育所(大字初瀬 ☎ 47-7036) 2/20 ㊟

第5保育所(大字豊前 ☎ 43-7440) 2/27 ㊟

※時間はすべて10:00～11:30

▷対象 0歳～5歳の未就園児とその保護者

▷費用 無料

※3月以降の日程や詳細については、各保育所に問い合わせください。



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10月生 | 2/16 ㊟・27 ㊟ | |
| 10か月児健康診査 | 平成29年4月生 | 2/15 ㊟・28 ㊟ | 受付時間 13:00～13:45 |
| 1歳6か月児健康診査 | 平成28年7月生 | 2/8 ㊟・22 ㊟ | ※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27年7月生 | 2/8 ㊟ | 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26年7月生 | 2/1 ㊟・23 ㊟ | |
| すくすく相談 | 生後9か月未満 | 2/6 ㊟ | 受付時間 9:30～10:00 |
| | 生後9か月～1歳7か月未満 | 2/21 ㊟ | 場所 保健福祉センター「陽だまり」1階 持ち物 母子手帳 |
| マタニティ教室 | 妊娠4か月～8か月未満の妊婦とその家族 | 3/5 ㊟・12 ㊟・19 ㊟ ※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 |
| 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 | 3/7 ㊟ ※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 |

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(9日)

臨時休館に伴い特別貸出を行います

3月9日(金)～17日(土)まで本の点検や整理などのため、臨時休館します。それに伴い、下記の期間で特別貸出を行います。

▶実施期間 **2月23日(金)～3月8日(土)**
(火曜日は休館)

▶貸出期間 4週間まで

※詳しくは、館内の掲示で確認するか、電話で問い合わせてください。

今月のおはなし会(当日参加OK)

2月3日(土) 15:00～15:30

▶担当 桜井おはなしの会

2月17日(土) 15:00～15:30

▶担当 子ども読未知



連続講座「語り継ぎたい わらべうた・昔話」※

2月24日(土) 13:30～15:00

▶内容 めりつぶしの絵馬(桜井)、高坊主(奈良) 他

▶定員 30名(先着順)

としょかんでボードゲーム! ※

今、人気急上昇のボードゲームを体験しませんか?

3月4日(土) 12:00～16:30(途中入退室OK)

▶定員 20名(当日参加もできます)

▶申込方法(※共通) 来館のうえ直接申込みか、往復ハガキ・電話・FAXまたはメールに、講座名、住所、氏名、電話番号を記入し、市立図書館(〒633-0051 大字河西31・FAX44-2528)へ。

市立図書館(☎44-2600)

ホームページ <http://www.library.sakurai.nara.jp>

平成30年度課税からの税制改正

01 給与所得控除の見直し

給与所得控除の上限額が、表のとおり引き下げられます。

| 区分 | ～H28年度 | H29年度 | H30年度～ |
|----------------|---------|---------|---------|
| 上限額が適用される給与収入額 | 1,500万円 | 1,200万円 | 1,000万円 |
| 給与所得控除の上限額 | 245万円 | 230万円 | 220万円 |

02 セルフメディケーション税制(医療費控除の特例)の創設

健康の維持増進および疾病の予防への取り組みを行っている個人が、本人または生計を一にする親族に係る「スイッチOTC医薬品※」の購入費用を1年間に12,000円以上支払った場合、それを超える金額(控除限度額88,000円)を所得控除できる特例が創設されます。

適用を受けるためには、申告する人が、健康の保持増進および疾病の予防への取り組みとして、人間ドックや各種健診、予防接種などを行っている必要があります。この制度は、従来の医療費控除との選択適用となります。

※スイッチOTC医薬品とは、医師の処方が必要だった医療用医薬品から転用された、薬局で購入できる市販の医薬品のことです。対象の薬品には、領収書に控除対象であることが記載されています。



03 医療費控除に係る添付書類の変更

平成30年度の申告から、医療費や医薬品購入費の領収書の添付(提示)に代えて「医療費控除に関する明細書」の添付が必要となります。ただし、申告から5年間は、明細書記入内容の確認をするために領収書の提出を求められる場合がありますので、自宅等で保管してください。

また、保険組合等が発行した医療費通知を添付することで、明細書の省略記載ができるとともに、通知に係る領収書を保管する必要がなくなります。

※明細書の様式は市役所1階⑥窓口とホームページに用意しています。

※平成32年度の市県民税申告までは、領収書の添付でも申告できます。

市県民税の申告受付

▶日時 **3月1日(土)～15日(土)**(平日のみ)
午前9時～午後5時

▶場所 市役所2階大会議室

※上記の期間以外は、税務課市民税係(市役所1階⑤)の窓口で申告の受付を行います。なお、混雑具合によっては大会議室での受付開始時期を早める場合があります。



レンコンのはさみ焼き

協力：奈良県立桜井高校料理部



| 材料 | 分量 (4人分) |
|--------|----------|
| レンコン | 10cm 以上 |
| 鶏ひき肉 | 約 300g |
| A | |
| しょうが | 適量 |
| 片栗粉 | 小さじ1 |
| 塩、こしょう | 少々 |
| B | |
| みりん | 大さじ2.5 |
| しょうゆ | 大さじ1 |
| 砂糖 | 大さじ1 |
| 片栗粉 | 適量 |

作り方

- ①レンコンは3mmほどにスライスして、水にさらしておく。その後、キッチンペーパーなどで水気を拭く。
- ②鶏ひき肉にAを入れてこねる。
- ③レンコンの間にひき肉をのせて挟んでいく。レンコンの穴から少しひき肉が出るくらいグッと挟むと good !
- ④③に片栗粉をまぶし、薄く油を引いたフライパンで焼く。
- ⑤焼き色がついたら裏も同じように焼く。
- ⑥合わせておいたBの調味料を回し入れて、煮からめる。

完成！



まちからのお便り

★大和さくらいブランド認定品は、今まで知らなかったお店や商品がわかり、食べてみたい、行ってみたいと思います。(70代・Tさん)

桜井らしい物語性や伝統性のあるものとして認定された産品がまた増えました。市外のお知り合いに、まちな魅力とともにぜひ勧めてください。

★徘徊者の声掛け訓練の記事を読んで、いち早く発見するためには、声掛けが大切であることがよくわかりました。(60代・Hさん)

★両親はすでにいませんが、声かけなどで地域に協力していきたいと思いました。(60代・Kさん)

★家族を大切に思う気持ち はみんな同じです。声掛けから始まる安心な地域を作っていきたいです。(土家)

新しく成人になったみなさん。様々な分野で桜井市出身の人が活躍しています。取材をする度にいつも発見と感動の連続です。不安に負けず新しいことにチャレンジしてください。(豊原)

成人式の取材に行くと、誕生日より年を重ねたことを通感する近頃。昨年好評だったため、1月から今年もレシビは市内高校生にお願いしました。若い世代と関わって嬉しいです。(土家)

編集後記



けいさつコーナー

インターネットや公共料金の支払いで利用される「収納代行サービス」を悪用した振り込め詐欺が発生しています。

事例① 訴訟最終告知のお知らせ
というハガキが届き、覚えがないので書かれていた連絡先に問い合わせると「訴訟の費用として10万円が必要」などと言われた。

事例② 携帯電話に「有料動画サイトの未納料金があります」とメールが届き、問い合わせると「退会には20万円必要」と言われた。

支払い方法として、銀行振り込みやコンビニでギフトカード(収納代行サービス)を購入し、その番号を電話で教えるよう指示される手口が多くあります。「今日中に支払わないと法的手続きに移行する」「お金は後で返ってくるので一旦払って欲しい」など言葉巧みに騙されないよう、身に覚えのない請求には連絡しないようにしましょう。

『電話口 お金の話 それは詐欺』。おかしいなと思ったら、支払う前に家族や警察(☎46・0110)へ相談を。

あの日の桜井 懐かしの風景



大字大豆越にあった、ため池の周辺を整備する人たちのようすです。戦時中で男性が少なく、女性が重い泥を運んでいます。当時、公共事業にあたることも地元の人が総出で行っていました。

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す。



1/15(月)



素早く安全に行動できました

朝倉小学校で全児童（161名）を対象に地元関係者や警察官の協力のもと、避難訓練が行われました。2時間目の授業途中、地震が発生したという設定でアナウンスが流れると、児童たちは落ち着いて先生の指示に従い、スムーズに避難していました。



12/9(土)

観客の心に響く演奏を届けました

人権文化を育てる市民の集いで、シンガーソングライターのうちみさんによるコンサートが開かれました。約240名の参加者で市立図書館の会場は満席状態。けがやその後遺症に負けずがんばっているうちみさんの生き方に会場の観客は感銘を受け、演奏に終始聞き入っていました。

11/28(土)



地域の児童生徒の見守り活動を表彰

安全功労者教育委員会表彰式が行われ、今年度は15名が表彰されました。これは、市内各小中学校区で児童生徒の登下校時による安全確保に貢献された人に、教育委員会より感謝の意を込めて行うものです。上田教育長から感謝の言葉とともに、表彰状が手渡されました。



1/1(祝)

繞道祭で明ける大和の正月

大神神社の年頭を飾る神事「繞道祭」では、新年を告げる午前0時に宮司によってきり出されたご神火が、大きな松明に移されます。その松明が神職と一緒に摂末社19社を巡拝する様子は圧巻。今年も境内には多くの参拝客が集まり、火縄に移し取ったり火の粉を浴びることで、無病息災を願っていました。

12/23(土)



往年の名選手たちが活躍し日本1に

第10回全日本クラブスーパーシニアバスケットボール交歓大会が群馬県高崎市で行われ、市内在住の原田監督兼選手が率いる高田GTBBCチームが優勝。報告のため、市長を表敬訪問しました。全国大会では試合を重ねるごとに勢いを増し、チーム一丸となって日本1の栄冠を勝ち取りました。

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。

空き店舗で販売実習

来年度から桜井本町通商店街の空き店舗を活用し、奈良情報商業高校の生徒が定期的に物品販売の店舗を開店します。そのプレオープンとして、農産物や海産物、生徒が開発した商品を下記のとおり販売します。

📅 2月11日(金) 13:00～15:00

📍 本町通り商店街「櫻町珈琲店」西隣り

📞 奈良情報商業高校 (☎42-4014)

生活学校の会員を募集しています

生活学校は女性の地位向上、男女共同参画に取り組んでいる市民団体です。また、環境を保護する取り組みとして、EM石鹸を作っています。他にも様々な活動をしています。気になる方はぜひご連絡ください。

📞 生活学校委員長 小西 (☎43-1415)

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。

12/17(日)



とっておきのプレゼントをあなたへ

クリスマスを前に、市立図書館で冬のプチ文化祭が行われ、たくさんの観客が集まりました。

市内にある桜井高校、奈良情報商業高校、関西中央高校の3校が、2部構成で日頃の練習成果を発表。各部活は、クリスマスにちなんだ音楽を演奏曲に選んだり、服装にも趣向を凝していました。バトントワリング部などの運動部は、舞台上で音楽に合わせて軽快な動きを披露し、観客を魅了していました。

元気なパフォーマンスに、それぞれの発表が終わると開場から大きな歓声と拍手が沸いていました。



1/15(日)

誕生を心待ちにしているからね

妊娠4～8か月の妊婦とその家族が対象のマタニティ教室を、保健福祉センター「陽だまり」で開催。母体での成長過程などを学んだ後、赤ちゃん人形の抱っこ体験をしました。生まれたばかりの体重に合わせた人形はずっしり重く、参加者は我が子を見つめる母親の眼差しになっていました。

1/14(日)



寒さを吹き飛ばし、精一杯走りました

総合体育館を主会場として、毎年恒例の新春マラソン大会が開催されました。天候にも恵まれ、約1,800名のさまざまな年代が自分の体力に合わせて精一杯の力でコースを駆け抜けました。沿道からの温かい声援もあり、参加者はゴールした後、豚汁で疲れを癒すなど、すがすがしい表情が印象的でした。



さくらんぼ
PHOTO
STUDIO

かわいいお子さんの笑顔
を紙面で届けませんか？



山本 稜^{りょう}ちゃん
H28.9.30生



古川 大翔^{やまと}ちゃん・葵依^{あおい}ちゃん
H29.8.7生・H27.2.14生



東口 咲楽^{さくら}ちゃん
H27.5.21生



福田 陽生^{はるき}ちゃん
H24.3.7生



田中 想士^{そうし}ちゃん
H26.11.27生



森本 明俐^{あかり}ちゃん
H26.7.23生



山本 美和^{みわ}ちゃん・宗佑^{そうすけ}ちゃん
H28.4.19生・H28.4.19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。写真は上記の大きさと縦長になります。現在掲載まで時間がかかる見込みのため、5歳までのお子さんに限らせていただいています(弟妹と一緒にいる場合は除く)。ご了承のほどお願いします。ご応募お待ちしております！
※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。



こちらから簡単に
応募できます

▶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)

クイズ & プレゼント

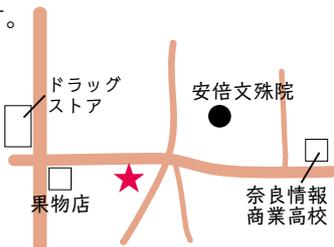
今月のプレゼント(5名様)

ディナー限定「大満足コース」
おひとりにつき10%割引券

今月は「きどらない町のイタリアン」として人気のニュートラルさんから、ディナーに使える割引チケットを提供いただきました。キッズメニューや離乳食もあります。お子さん連れで気軽にどうぞ。コースは予約が必要です。



cafe ニュートラル
桜井市安倍木材団地1-9-4 ☎41-6117
営業時間：9時～21時、定休日：木曜日



※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「当選ハガキ」を発送しますので、直接店舗に持参のうえ、提示してください。
※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

・今年桜井市で新成人になった人数は？
「○○○人」ヒント：P2を参照

アンケート

・広報わかざくら2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2月号」係
FAX 42-2656
締切：2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ています！
詳細は総務課文書広報係まで連絡してください。