

特集

高齢社会の明日を考える

TOPICS

子育て世代の負担をさらに軽く
幼児教育・保育無償化が始まります

第49回市民体育祭プログラム





高齢社会の 明日を考える

高齢社会のなか、2025年には65歳以上の人のうち5人に1人が認知症を発症すると推計されています。認知症は特別な病気ではなく、年を重ねると誰でもなりうる身近な病気です。一般的に加齢とともに発症する可能性が高くなります。桜井市でも認知症について正しく理解する動きが地域で広がっています。認知症について学び、自分ごととして考えてみませんか。

■ 問い合わせ先 地域包括ケア推進室 (☎ 42 - 9111 内線 595・596)

認知症とは

認知症は、様々な原因で脳の細胞が死んでしまい働きが悪くなったために、記憶する・言葉を使うなどの認知機能が低下し、生活に支障をきたすようになる状態のことです。認知症の原因となる疾患は様々ですが、次の4つが多くを占めています。

◆ アルツハイマー型認知症

認知症の原因として最も多いものがアルツハイマー型認知症です。症状は緩やかに進行します。少し前の出来事を忘れる、何度も同じことを話したり尋ねたりする、通り慣れた道で迷うなどの症状があります。

◆ 脳血管性認知症

脳梗塞や脳出血などの脳の血管の病気が原因です。損傷を受けた場所によって症状が異なります。

◆ レビー小体型認知症

症状が良くなったり悪くなったりと変動します。筋肉のこわばりや現実にはないものが見える幻視症状を伴います。

◆ 前頭側頭型認知症

脳の司令塔である前頭前野を中心に細胞が脱落することが原因です。感情の抑制がきかな

くなったり、ルールを守れなくなったりします。

加齢による物忘れとの違い

認知症は、加齢による「物忘れ」とは異なります。物忘れが体験の「一部」を忘れるのに対し、認知症は体験の「全部」を忘れてしまいます。

加齢による物忘れ		認知症
一部を忘れる		全てを忘れてしまう
	体験	
ある	物忘れした自覚	ない
日時は多少間違えても人物・場所などは覚えている	日時・人物・場所	日時・人・場所などがわからなくなる
大きな変化はない	性格	性格が変わる

認知症を身近に感じ すぐに気付けるように…



チェックリスト

もの忘れがひどい

- 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 同じことを何度も言う・問う・する
- しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う

判断・理解力が衰える

- 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 新しいことが覚えられない
- 話のつじつまが合わない
- テレビ番組の内容が理解できなくなった

時間・場所がわからない

- 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 慣れた道でも迷うことがある

人柄が変わる

- 些細なことで怒りっぽくなった
- 周りへの気づかいがなくなり頑固になった
- 自分の失敗を人のせいにする
- 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた

不安感が強い

- ひとりになると、怖がったり寂しがったりする
- 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 「頭が変になった」と本人が訴える

意欲がなくなる

- 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- ふさぎ込んで何をするのも億劫がり嫌がる

出典：公益社団法人 認知症の人と家族の会

普段の生活の中でのちょっとした異変は、認知症のサインかもしれません。今回は地域包括支援センターひかりの松本利博さんに、認知症について話を聞きました。

一番多い「物忘れ」の症状

認知症による物忘れの症状は、加齢によるものとの区別がつきにくい場合もあります。しかし、普段と何か違うと感じるような、生活に支障をきたす「物忘れ」は要注意です。例えば「買い物に毎日行き、家にあることを忘れて毎回同じものを買ってくる」「出かける日を間違ったり忘れたりする」などです。

理解する力が低下する

ものごとを素早く正確に理解し、行動に移す力が低下していきます。例えば「書類の書き方

がわからなくなる」「郵便の出し方がわからない」「アナログ時計の読み方がわからない」「買い物で支払いに手間取る」などです。

幻視がある

誰もいない空間に話しかけていたりと実在しないものが極めてリアルに見えてしまう例もあります。「部屋の中に子どもたちが入ってきて楽しそうに遊んでいる」など明らかにおかしいなど感じられるため、気付きやすいと思います。

このほかにも症状は多岐に渡

ります。あれ？と思うたら左記のチェックリストを参考にしてください。

「普段と何か違うな」と感じたなら早めに相談を

地域包括支援センターでは、いつでも相談に応じています。本人とその家族からの現状聞き取りから始め、「できること」はし続けられるように、「できないこと」は各種支援制度を利用してカバーできるように一緒に考えます。

早めに相談することで症状の

進行をゆっくりにできたり、人の交流を増やすことで認知症と思われていた症状が改善したりすることがあります。少しでも異変を感じたら、まずは相談に来てください。



地域包括支援センターひかり
松本利博さん

あれ?と思ったら相談しましょう

認知症かなと思ったら、まずは自分の体調や服用している薬を一番よく分かっているかかりつけ医に相談してください。必要であれば適切な医療機関や専門医を紹介してもらいましょう。その他にも相談することができるところを紹介します。



桜井市地域包括支援センター

高齢者のみなさんが住み慣れた地域で、いつまでもその人らしく安心して暮らしていけるように、介護・医療・健康・福祉などさまざまな面から支援するための拠点となる機関です。高齢者やその家族の人が、ニーズに応じたサービスが受けられるように、専門職員が連携して業務を行っています。

認知症初期集中支援チーム

認知症の人とその家族を支援する医師、医療・福祉・介護の専門職で構成されるチームです。



暮らしの中で困っていることや心配なことを無料で相談できる高齢者の身近な相談窓口で、個人のプライバシーは必ず守られます。相談は、住んでいる中学校区の桜井市地域包括支援センターでできます。

▽桜井東中学校区…きずな
大字出雲1642
☎44・3655

▽桜井西中学校区…きぼう
大字阿部323
☎46・1023

▽桜井中学校区…のぞみ
大字阿部1070
☎42・5590

▽大三輪中学校区…ひかり
大字辻53
☎45・3651

認知症の人またはその疑いのある人やその家族を訪問し、困りごとや心配なことを確認します。その上で、状況をみて、病院受診や介護保険サービス利用の提案、家族の介護負担軽減等の支援を行います。まずは各相談窓口にご相談ください。

▽相談窓口 地域包括ケア推進室(☎47・4503)、高齢福祉課高齢者ケア係(☎内線282)、桜井市地域包括支援センター(上記参照)

桜井市認知症ガイドブック

「もの忘れが多くなってきた、自分が認知症なのではないかと悩んでいる」「家族が認知症かもしれない」といった人に読んでほしい一冊です。認知症についての正しい知識や、相談先、サー



カフェひだまり

認知症の人やその家族が、ほっと一息ついて日頃のたまった思いや悩みなどを語れるカフェです。医療や介護の専門職がスタッフですので、気軽に相談ができます。カフェの日程や内容、雰囲気などお伝えしますので、初めて参加するときは、地域包括ケア推進室まで問い合わせてください。

- ▷日時 毎月第3火曜日
10月15日、11月19日、
12月17日、
令和2年1月21日、
2月18日、3月17日
午後1時30分～3時
- ▷場所 保健福祉センター
「陽だまり」2階会議室2
- ▷費用 1人100円



ビスや支援の内容が書かれています。

市のホームページでダウンロードできます。また地域包括ケア推進室や高齢福祉課窓口か、住んでいる地域の桜井市地域包括支援センターで配布しています。

講演会を開催します

「認知症に備える」をテーマに毎年講演会を開催しています。今年は「自分や大切な人の老いを受け入れる」についての講演です。

- ▽日時 12月21日(土)午後2時
- ▽場所 中央公民館大会議室
- ▽講師 丸尾多重子さん(NPO法人つどい場さくらちゃん)
- ▽申込方法 電話で地域包括ケア推進室へ

参加してみましょ

市では「認知症 さくらい ささえあい」を合言葉に、認知症の支えあいや理解を広めています。認知症について正しく理解し、自分ごととして一緒に考えてみませんか。下記についての問い合わせは、地域包括ケア推進室（☎ 47 - 4503）へ。



認知症サポーター養成講座

認知症の基本的な知識や対応の仕方を学び、認知症サポーターになれる講座です。認知症サポーターとは、認知症を自分ごととして捉え温かく見守る人のことで、特別なことはしません。受講者には認知症サポーターの印として、オレンジリングを渡しています。



1人からでも参加できる公開講座も開催しています

- ▶日時 10月28日㊤、令和2年3月12日㊤（予定）
同日とも午前10時～正午
- ▶場所 保健福祉センター「陽だまり」2階会議室2
- ▶申込方法 電話で地域包括ケア推進室へ（先着順）



出前講座もしています

10人以上1グループで1か月以上前に申し込んでください。市ホームページからも申込用紙がダウンロードできます（右記のQRコードからすぐダウンロードできます）。



小学校、老人会や事業所などで行っています。事業所等の団体へは、認知症サポーター養成講座を受講した目印としてステッカーを渡しています。



▶ステッカー



桜井市の認知症ささえあい活動の一員です

桜井市見守りネットワーク

市では、行方不明者の情報メールをもとに「協力員」が日常生活・日常業務の範囲内で気にかけて見守る「桜井市見守りネットワーク」を行っています。協力員は市民や桜井市職員等です。メールには、行方不明になった人の名前や特徴などを記載します。

また、行方不明になる可能性のある人を事前登録でき、登録後にQRコードシールを配布しています。衣服等に貼り付けておき、QRコードを読み取ると、桜井警察署や市役所の担当部署の連絡先が表示されます。シールに記載された番号を伝えると身元の特定ができ、捜索の手助けとなります。



桜井市見守りネットワークの協力員になってみませんか。

協力員の活動は、行方不明者の情報をもとに、日常生活・日常業務の範囲内で気にかけて見守ることです。捜索活動ではありません。ぜひ登録*してください。

登録方法

- ①メールアドレス mimamori.sakurai-city@raidan2.ktaiwork.jp に、空メール（件名・本文不要）を送信してください。右記QRコードからも送信できます。
- ②数分以内に返信される登録用URLから本登録を行ってください。



*メール受信に係る通信料は利用者の負担です。登録に必要な個人情報はメールアドレスのみで、このサービスのためだけに使用します。迷惑メール対策をしている場合は、メールを受け取れない場合があります。[sakurai-city@raidan2.ktaiwork.jp]からのメールを受信できるように設定してください。

RUN伴

認知症の理解を広めるため、日本全国をタスキをつないで縦断します。認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色のTシャツを着て桜井市内を走ります。10月19日㊤午前9時30分に市役所を出発します。ランナーを見かけたら応援をお願いします！



▲ 昨年の様子

認知症と一言にいつても、症状や「できること」と「できないこと」は人それぞれ違います。自分や家族、周りの人のことで不安に思ったら、まずはかかりつけ医や各相談機関に相談しましょう。また、認知症に関心を持ちたり学んだりすることも、認知症を理解し、地域で支えあっていくための助けになります。

幼児教育・保育無償化 が始まります

就学前の子どもを持つ家庭の経済的な負担を軽減するため、10月から下記のとおり、幼稚園、保育所、認定こども園などを利用する子どもたちの利用料が無償となります。

■問い合わせ先 幼稚園については 学校教育課学校教育係 (☎ 42 - 9111 内線 607)
保育所・認定こども園等については 児童福祉課保育係 (☎ 42 - 9111 内線 283)



1 幼稚園を利用する子ども



3歳～5歳児クラスの
すべての子どもの
利用料が無償化

限度額…月額 **25,700**円までが対象

※実際の利用料支払金額が月額限度を下回る場合は、支払金額を限度とします。

※満3歳児は入園できる時期に合わせて無償化の対象となります。

▷申請手続 新制度に移行していない私立幼稚園に通園している場合のみ必要

※通園送迎費、給食費、行事費などは、これまでどおり保護者の負担になります。ただし、年収360万円未満に相当する世帯の子どもと、すべての世帯の第3子以降の子ども^{★1}について、副食(おかず等)の費用が免除されます(上限あり)。

★1 小学校3年生以下の兄・姉を第1子と数えて、3番目以降の子どもが対象

2 幼稚園の預かり保育を利用する子ども



無償化の対象となるため
には、事前に学校教育課
で「保育の必要性の認定」
を受ける必要があります

限度額…利用日数× **450**円までが対象(月額11,300円まで)

※実際の利用料支払金額が補助限度を下回る場合は、支払金額を限度とします。

「保育の必要性の認定」要件については、認可保育所の利用と同等の勤務等の要件があります。

・事前に認定審査が必要です。該当している人は、学校教育課へ。

3 保育所・認定こども園等を利用する子ども



3歳～5歳児クラスの
すべての子どもの
利用料が無償化

▷申請手続 不要

▷無償化期間 満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間

※通園送迎費、食材料費(主食費)、行事費などに加えて、副食(おかず・おやつ等)費が保護者の負担となります。ただし、年収360万円未満に相当する世帯の子どもと、すべての世帯の第3子以降の子ども^{★2}については、副食費が免除されます。

★2 小学校就学前の子どもの中で数えて、最年長から3番目以降の子どもが対象

住民税非課税世帯では、0歳～2歳児クラスまでの子どもについても利用料が無償化となります

▷申請手続 不要

※認定こども園の幼稚園課程については「幼稚園」として上記1.2が適用されます。

※地域型保育施設を利用している子どもも対象となります。



4 認可外保育施設等を利用する子ども



無償化の対象となるためには、事前に児童福祉課で「保育の必要性の認定」を受ける必要があります

限度額…① 3歳～5歳児クラスの子ども 月額 **37,000**円までが対象

② 住民税の非課税世帯で0歳～2歳児クラスまでの子ども 月額 **42,000**円までが対象

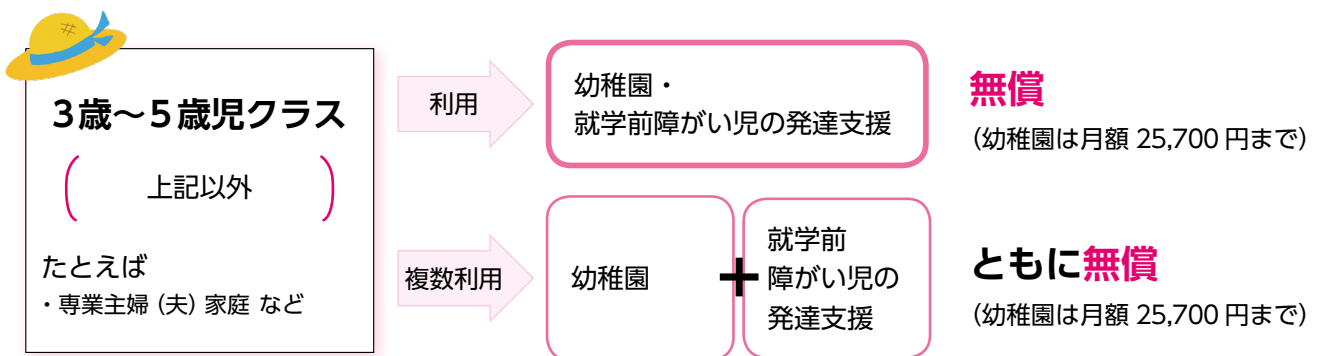
- ▷ 対象 幼稚園・保育所・認定こども園等を利用していない人
- ▷ 申請手続 事前に認定申請が必要ですので、該当している人は、児童福祉課へ。ただし、現在保育所入所申請中で、待機児童となっている場合は、申請を省略できることがあります。
- ※ 利用料は後日の還付となります。所定の様式に必要事項を記載し、各施設が発行する領収証等を添付して、児童福祉課に提出してください。

対象となる施設・事業

認可外保育施設に加えて、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリー・サポート・センター事業を対象とします。

- ◆ 認可外保育施設とは、一般的な認可外保育施設、認可外の事業所内保育施設等をいいます。
- ◆ 無償化の対象となる認可外保育施設は、都道府県等に届出を行い、国が定める基準を満たすことが必要です。対象となっている施設かどうかの確認は、児童福祉課まで問い合わせてください。

幼児教育・保育の無償化の主な例



シャトル・桜井友好写真展開催 出展写真を募集します

☎ 行政経営課行政経営係 (☎ 42 - 9111 内線 256)

今年、フランス・シャトル市と友好都市提携 30 周年を迎えることを記念し、友好写真展を開催します。応募作品は、シャトル市の写真とともに、両市で順番に展示します。奮って応募してください。



なお、応募作品は返却できませんのでご了承ください。



▶テーマ 「道」

シャトル市は、古くから聖母マリアを信仰する多くの人々がシャトル大聖堂を目指し、巡礼する都市です。桜井市にも、日本最古の道・山の辺の道があり、数多くの社寺が存在します。古くから現在に至るまで人々が歩いてきた「道」をテーマにし、写真を募集します。

▶**応募要項 (抜粋)** 応募点数・撮影時期は自由。サイズは、ワイド四つ切。写真のタイトル・氏名・連絡先を明記すること (氏名等の公表を希望しない場合はその旨を記載)。※その他の注意点は市ホームページで確認してください。

▶**応募期限** 12月6日(金) (郵送の場合は当日消印有効)

▶**応募先** 行政経営課「シャトル・桜井友好写真展係」
(〒633 - 8585 大字栗殿 432 - 1)

プレミアム付商品券の 販売が始まります

☎ 社会福祉課社会福祉係 (☎ 42 - 9111 内線 265)

プレミアム付商品券は市内で 25% お得に買い物ができる商品券です。販売窓口で購入する際は、購入引換券と保険証・免許証等の本人確認書類が必要です。

▶**販売価格** 1冊4,000円(500円×10枚=5,000円相当)

▶**購入限度** 対象者1人につき5冊(分けて購入可能)

▶**販売期間** 10月1日(火)～令和2年2月28日(金)の午前9時～午後3時(平日のみ)

▶**販売場所** 市内にある南都銀行の窓口(桜井支店・桜井北出張所・三輪支店・初瀬出張所)

▶**利用期間** 10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

▶**利用店舗** 購入引換券と同封の店舗一覧表
および市ホームページに記載



▶商品券の購入対象者要件

①平成31年度の市民税が非課税の人(ただし課税者に扶養されている人、生活保護の受給者等は対象外)

②平成28年4月2日～令和元年9月30日生まれの子どもがいる世帯の世帯主

上記①に該当し、申請手続き済みの人と②に該当する人には、購入引換券を順次郵送しています。①に該当し購入を希望する人で、申請がまだの人は、12月2日(日)までに手続きしてください。

第26回 桜井市環境フェア開催 (ミニ)

☎ 環境部業務課 (☎ 45 - 2001)

▶**日時** 10月27日(日) 午前9時～正午(予定)

▶**場所** 桜井市グリーンパーク(大字浅古485-1)

▶内容

◆式典(午前9時～夢市場)

優秀作文発表、表彰式(ポスター・絵・作文・川柳)

◆リサイクル品の展示、抽選会(夢市場・多目的広場)

※抽選申込みは、抽選券で1人1点できます。

◆ポスター・絵・作文・川柳の優秀作品展示

◆桜井警察署による防犯コーナー

資源物をもって環境フェアに参加しよう!

空きカン、牛乳パック、ペットボトルを1人5個以上持参すると、リサイクル品抽選券1枚と交換します(なくなり次第終了)。

・空きカンは中をきれいに洗ってください。

・牛乳パックは洗ってから乾燥させ、切り開いてヒモで束ねてください。

・ペットボトルはキャップとラベルを取り、水洗いしてください。

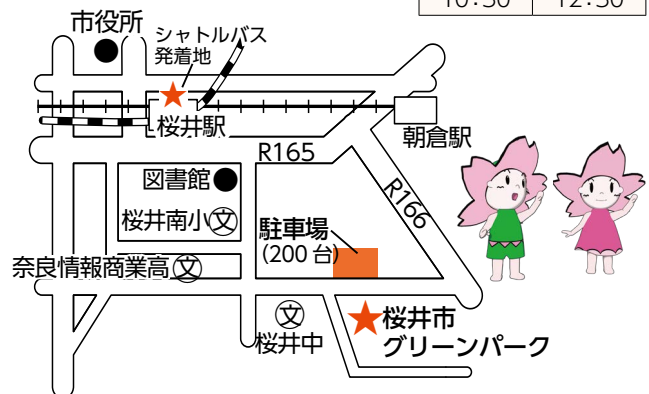
♻️のマークがあるものに限りです。



雨天決行ですが、天候等により内容が変更や中止になる場合があります。フリーマーケット、お祭り屋台等の催しはありません。

桜井駅北口から会場の桜井市グリーンパークの間で、右記のとおり無料シャトルバスを運行します。利用してください。

桜井駅発	会場発
8:00	10:00
8:30	10:30
9:00	11:30
9:30	12:00
10:30	12:30



令和元年度市立埋蔵文化財センター特別展 『王権の地、桜井』

☎ 埋蔵文化財センター (☎ 42 - 6005)

卑 弥呼の墓とも言われる箸墓古墳や3世紀の大型建物跡が見つかった纏向遺跡などから、桜井市はヤマト王権成立の地として注目されています。また、市内には天皇の宮趾伝承地が数多くあります。特に脇本遺跡は、雄略天皇の泊瀬朝倉宮の有力な候補地とされています。



今回の展示は、桜井市文化財協会と奈良県立橿原考古学研究所附属博物館との共同企画です。橿原考古学研究所や博物館が所蔵する市内出土の遺物を合わせて展示しますので、ぜひ「王権の地、桜井」をご覧ください。

- ▶日時 10月5日㊦～12月8日㊧
午前9時～午後4時30分(入館は午後4時まで)
※㊦・㊧は休館。ただし、祝日の場合は開館します。
※展示入れ替えのため、10月2日㊨～4日㊩は臨時休館。
- ▶場所 市立埋蔵文化財センター展示収蔵室
- ▶費用 一般400円、小・中学生200円
団体(20名以上)は、一般300円、小・中学生150円

新小学1年生の 就学時健康診断を実施します

☎ 学校教育課学校教育係 (☎ 42 - 9111 内線607)

来 年4月に小学校に入学する幼児に対し、下表のとおり健康診断を実施します。この健康診断は、就学前に保健上必要な助言や治療を勧めるためのもので、受診を強制したり、この結果で入学する学校を指定したりするものではありません。子どもの成長発達をとらえてもらう健康診断の場です。初めて学校を体験する機会として、保護者付き添いのうえ気軽に受診してください。

健診の案内は、保護者宛で送付しています。万が一届かない場合や、誤記がある場合、または転入・転居した人は、学校教育課まで連絡してください。



学校名	実施日	学校名	実施日
桜井小学校	10/17 ㊦	三輪小学校	10/17 ㊦
城島小学校	10/18 ㊧	織田小学校	11/14 ㊦
安倍小学校	10/31 ㊦	纏向小学校	10/21 ㊧
朝倉小学校	10/24 ㊦	桜井西小学校	11/14 ㊦
大福小学校	11/20 ㊨	桜井南小学校	10/9 ㊨
初瀬小学校	11/8 ㊧		

令和2年度 保育所新規入所申込みを受け付けます

☎ 児童福祉課保育係 (☎ 42 - 9111 内線283)

公 立保育所(第1・2・3・5保育所)、私立保育所(飛鳥学院保育所、桜井学園)、認定こども園(桜井認定こども園三輪学園〔保育園課程〕)、小規模保育園(ドリーム保育園)、家庭的保育園(ひなたぼっこ保育園)の新規入所申込みを受け付けます。入所日は毎月1日です。

- ▶入所資格
入所の日に生後満6か月～小学校就学前の児童で、保護者が就労や疾病などの理由により家庭で保育ができない児童
※ドリーム保育園・ひなたぼっこ保育園は、2歳児クラスまでの保育園です。
- ▶対象
・新規入所希望者
・現在通所中で保育所の変更を希望する児童
・現在申込み中でまだ入所できていない児童
※令和2年度の途中で入所を希望する場合も、この受付期間に申し込んでください。
※出産予定や転入予定の人も申込みできます。
- ▶申込用紙配布期間
10月7日㊦～31日㊦の午前8時45分～午後5時

※配布時に記載方法等の説明も行いますので、時間にゆとりをもって来てください。また、世帯構成等の確認も必要になります。できる限り同居の親族の人が来てください。

- ▶申込受付期間
11月5日㊨～11日㊩午前8時45分～午後5時
※申込みが定数を超えたときは、選考のうえ決定します。
希望する保育所に入所できない場合もあります。
※この受付期間を過ぎても、毎月10日を締切として随時申込みを受け付けます。定員に余裕がある場合は入所することができます。
※家庭の事情等により、市外の保育所への入所を希望する場合は児童福祉課まで問い合わせてください。
- ▶申込受付場所 児童福祉課(市役所1階)



がん検診を受けるには

40～74歳の人には、がん検診の受診券を5月末に送付しています。手元にある人は、医療機関に直接予約してください。それ以外の人は、けんこう増進課まで連絡してください。

乳がん検診実施医療機関

医療機関名	住所	電話番号
済生会中和病院	大字阿部 323	☎ 43-5001
平成記念病院	橿原市四条町 827	☎ 29-3300
河田胃腸科医院	橿原市地黄町 328-2	☎ 22-5310
国保中央病院	田原本町宮古 404-1	☎ 32-8800
鎌田医院 田園診療所	五條市田園 3-11-10	☎ 0747-26-1150
平尾病院 ※事前にけんこう増進課へ	橿原市兵部町 6-28	☎ 24-4700
グランソール奈良 ※事前にけんこう増進課へ	宇陀市菟田野 松井 8-1	☎ 0745-84-9333

■済生会中和病院は、ピンクリボン月間にちなんで、今年も10月20日㊤の午前中に乳がん検診を実施します。医療機関で受けたいけれど平日は受けられないという人は、ぜひこの機会を活用してください。

旧優生保護法一時金に対応する 受付・相談窓口が開設されています

平成31年4月24日に「旧優生保護法一時金支給法」が公布・施行されました。この法に基づき、本人の同意なく不妊手術を受けた人に対し、一時金320万円が国から支給されます。

奈良県では、この手続きに関する受付・相談のための専用窓口を開設しています。一時金の受付やその他の相談は、下記の専用ダイヤルに電話してください。聴覚に障がいのある人のため、専用FAXも設置しています。なお、予約制で面談による相談を受けることもできます。

▷受付・相談窓口（平日8:30～17:15）

奈良県健康推進課（奈良市登大路町・県庁3階）

☎ 0742-27-8643（専用）

FAX 0742-27-8643（専用）

※厚生労働省のホームページにも請求様式が掲載されています。「厚生労働省 旧優生保護法一時金電話相談窓口」で検索するか、右記QRコードから。



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

無料健康相談（予約が必要です）

健診結果からわかる身体の状態や個別の改善策など、あなたに必要な情報をお伝えします。栄養士がフードモデルを利用してしながら実際の食事を指導することも。相談時間の目安は1回につき30分程度です。

▷日時 11月18日㊤9:30～11:00

▷場所 保健福祉センター「陽だまり」1階

▷内容 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（*は必要な人）

▷持ち物 健康手帳、検査結果など

▷申込方法 電話でけんこう増進課へ

複数のがん検診と健康診査を組み合わせ、一度に受けられます。

総合健診

▷開催日 11月4日㊤・5日㊦・6日㊧

▷受付時間 各日で、次の①～⑥の希望時間を選べます。

- ① 8:30～8:50
 - ② 9:00～9:20
 - ③ 9:30～9:50
 - ④ 10:00～10:20
 - ⑤ 10:30～10:50
 - ⑥ 11:00～11:00
- } 残りわずか

※各時間、定員になり次第、締め切りとなります。

▷内容 下記のがん検診から複数選択（2つ以上）

■胃がん（バリウム）…35歳以上900円

■肺がん…35歳以上無料

■大腸がん…40歳以上1,000円

■前立腺がん…50歳以上の男性600円

■乳がん…40歳以上の女性1,200円

■子宮がん…20歳以上の女性1,300円

■肝炎がん…40歳以上（生涯1回のみ）無料

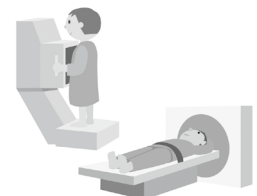
※下記①②のどちらかは必須項目（自己負担:1,000円）

対象以外の方はがん検診のみになります。

①特定健診（桜井市国保に加入中の40歳以上の人）

②わかざくら健診（16歳～39歳の人）

▷申込方法 10月16日㊤までに、電話でけんこう増進課へ



予防の第一歩。検診で自分の命を守りましょう。

女性に1番多いがん…「乳がん」を知る

10月にはピンクリボン運動月間です。ピンクリボン運動とは、乳がんの早期発見・早期治療を目指して世界規模で取り組まれている運動です。国内での乳がん患者数は年々増え、女性のうち11人に1人が乳がんにかかると言われていています。乳がんになりやすい年齢は40代後半にピークとなりますが、70歳を過ぎてもそれほど減ることはありません。つまり、どんな世代の人でもかかる可能性があるのです。

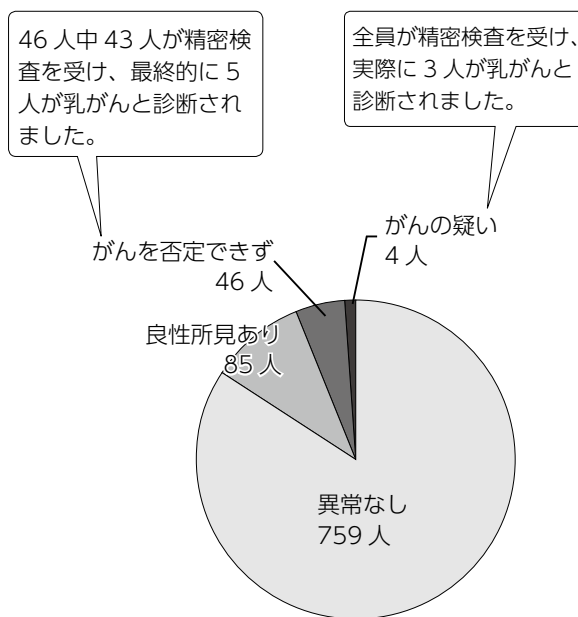
市内在住の40歳以上の女性は、2年に1度乳がん検診(マンモグラフィ)の補助を受けることができます。マンモグラフィとは乳房のレントゲンで、乳がんの初期症状である微細な石灰化や、セルフチェックではわからない小さなしこりを画像として捉えることができます(良性か悪性か区別できないしこりも写ることがあります)。

右のグラフのとおり、桜井市の乳がん検診を受け、「がんの疑い」の判定が出た人のほとんどが、病院の精密検査で乳がんの診断を受けました。がんは、1日も早く発見することが重要です。特に乳がんは、早期に発見すると比較的予後が良いがんです。しかし、日本の乳がん検診受診率は17%程度であり、欧米の75~80%に比べるとかなり低いと言われていています。

完全に予防することはできなくとも、心掛け次第で早期発見は可能です。「きっと自分は大丈夫」と過信せず、この機会に検診を受けてみましょう。



平成29年度
桜井市の乳がん検診を受けた人：894人の内訳



満65歳以上のみなさん

インフルエンザ予防接種を受けましょう

インフルエンザは通常、初冬から春先にかけて流行します。ウイルスに感染すると、38℃以上の高熱が出たり、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然あらわれます。特に高齢者や慢性疾患をもっている人がインフルエンザにかかった場合は、気管支炎や肺炎などの合併症を起こすこともあります。予防接種を受けることで、もしかかっても重症化を防ぐ効果が期待されますので、できるだけ流行前に接種しましょう。

▷対象 接種を希望する人のうち、①接種時点で満65歳以上の人②満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスにより日常生活が極めて制限されるほどの障がいがあり、身体障害者手帳を持っている人

※今年満65歳になる人には案内を送付します。それ以前に生まれた人も期間内に接種できますので、希望する人は医療機関の窓口に出してください。

▷接種期間 10月1日(木)~12月31日(木)(昭和29年12月生まれの人は令和2年1月31日まで)

▷費用 自己負担金1,500円

※生活保護を受けている人、市民税非課税世帯の人は自己負担金が無料になります。生活保護を受けている人は生活保護受給者証兼委任証を医療機関の窓口で提示してください。市民税非課税世帯の人は接種前にけんこう増進課で必ず手続きをしてください。

※2019年1月1日以降に桜井市に転入した人は、マイナンバーカードまたは写真付きの身分証明の提示が必要です。

※接種期間を過ぎた場合や、同じ年度内で2回目以降の接種は全額自己負担になります。

▷実施場所 市内の予防接種実施医療機関(2019年度健康カレンダー掲載医療機関)(要予約)

※桜井病院(大字桜井973 ☎43-3541)が追加されています。

※市外の医療機関で接種を希望する場合は、印鑑と自己負担金を持参のうえ、接種前にけんこう増進課で手続きが必要です。



行政情報

マイナンバーカード・
証明書交付の休日窓口

▽開庁日時 10月27日①

午前9時～午後1時

▽取り扱い業務

マイナンバーカードの申請・
交付、住民票の写し等や戸
籍証明、印鑑証明書の発行、
印鑑登録
※住所異動、戸籍異動などは
できません。

▽市民課 (☎内線535)

来年度から使用する
小学校教科書が決定

8月5日に開催された臨時教
育委員会において、令和2年
度以降4年間市立の全小学校で
使用する教科用図書が、次の通
り決定しました。

【国語】教育出版【書写】東京
書籍【社会】日本文教出版【地図】
帝国書院【算数】日本文教出版
【理科】新興出版社啓林館【生活】
日本文教出版【音楽】教育芸術
社【図画工作】日本文教出版【家
庭】開隆堂出版【保健】学研教
育みらい【英語】開隆堂出版【道
徳】学研教育みらい

▽学校教育課 (☎内線602)

コミュニティバス運賃
を改定します



10月から、消費税率の引き
上げに伴い、コミュニティバ
スの運賃を下記のとおり改定
します。詳細は、市ホームペ
ージで確認してください。

▷変更内容

- ・運賃 200円以上の区間につ
いて、一律10円の値上げ
- ※通勤・通学定期券の販売額
は変更なし。
- ・多武峯線の市民乗車証によ
る割引きは、運賃上限が300
円から310円に引き上げ。
- ※多武峯線の総合福祉センタ
ー利用者割引きは変更なし。

▽行政経営課行政経営係
(☎内線256)

家庭および事業所ごみ
(一般廃棄物)の搬入受付

▽搬入受付日 10月、11月、12
月の全土曜日

※11月2日、16日、30日、12月

7日、21日は可燃ごみ指定袋
のみ。不燃ごみや粗大ごみは
受け付けできません。また、
現金の取り扱いもできません
ので、注意してください。

▽受付時間 午前8時40分～11
時30分(事業所ごみの搬入は、
午前11時まで)

▽環境部施設課 (☎45・
2001)

市内木材等の使用者に
奨励金を交付します

木材産業の振興と森林資源保
全のため、自宅を新築やリフォ
ーム等する際、県産材や市内で
製材された木材を一定量以上使

用し、所定の基準を満たす人に、
最大20万円分の奨励金(桜井市
商工会発行の市内共通商品券)
を交付します。工事中工前に手
続きが必要です。事前に問
い合わせてください。

▽商工振興課商工統計係(☎
内線351)

桜井市街なみ環境整備
補助金を交付します

良好な景観を守るため、ガイ
ドラインに沿って行う建築物等
の修景に対し、補助金を交付し
ます。ガイドラインの推奨ルー
ルをすべて満たす事業のみが対
象です。令和2年度に補助を受
ける場合は、今年11月末までに
事前相談が必要です。

詳しくは市ホームページで確
認するか、左記へ。
▽都市計画課景観まちづくり
係 (☎内線224)

だから、くもん♪

- ◆市内12か所 ◆幼児在籍多数
- ◆11月無料体験学習受付中♪



城島	教室	090-5678-2260
朝倉	教室	080-5674-8082
文殊院	教室	080-5308-7089
桜井駅前通り	教室	090-2107-6590
織巻	教室	0744-45-0197
三田	教室	090-9116-2170
字園	教室	080-8308-1631
西之宮	教室	080-1424-9196
新生	教室	090-3485-8372
新屋敷	教室	090-5090-2669
桜井西	教室	080-5353-7695
	教室	090-4495-5469

引越し、配送、不用品引取の事ならいつでもご相談下さい

見積無料



日本エコロジック株式会社

ミニ引越し
家具の移設
遺品整理
不用品処分

地元によさしい 創業39年の実績と信頼 TEL 0120-43-5066 桜井市西之宮129番地の5

土地に関する手続きをお忘れなく

10月は土地月間です。国土利用計画法および公有地の拡大の推進に関する法律では、一定の条件を満たす土地取引を行う場合、届出することが義務付けられています。詳しくは市ホームページで確認するか、左記へ。
問 都市計画課景観まちづくり係（☎内線223）

水道メーター取り替え

上下水道部では、10月1日（㊿）20日（㊿）、次の地域で水道メーターの取り替えを行います。

▽取替区域 大字桜井・大字外山・大字浅古・大字河西・大字慈恩寺・朝倉台東1丁目・朝倉台東7丁目・朝倉台西6丁目の各一部

問 水道お客様センター（☎429211）

10月7日（㊿）～13日（㊿）は行政相談週間です

登記・年金・保険・雇用などの相談は、行政相談委員が開設する行政相談所へ。相談は無料、秘密は厳守します。市役所でも次の日程（毎月第2（㊿））に相談

窓口を開設しています。

▽日時 10月9日（㊿）

午後1時～4時

▽場所 市役所1階相談室

※予約不要。相談日当日、市民協働課で受け付けます。

また、県内では、奈良、橿原、宇陀および王寺の4会場で、「登記・税金・年金など行政なんでも相談所」が開設されます。弁護士、司法書士による法律相談も行われます。詳細は市ホームページに掲載しています。
問 奈良行政監視行政相談センター（☎0742・241100）

計量器の定期点検

計量器（はかり）の誤差を確認するため、店舗で物品を売買するための計量器や、健康診断

に使用する体重計は、定期検査が必要です。
 ▼日時・検査場所

11/6（㊿） 11/7（㊿） 11/8（㊿）	9:30～15:30	所在場所
11/11（㊿） 11/12（㊿）	10:00～12:00 13:00～15:00	桜井市役所 西分庁舎駐車場
11/13（㊿） 11/14（㊿）	10:00～12:00 13:00～15:00	市立図書館
11/15（㊿）	10:00～12:00 13:30～15:00	西ふれあいセンター 初瀬観光センター

▽費用 1台につき500円（2,200円）

問 県産業振興総合センター計量検定室（☎0742・304705）

接骨院・整骨院で保険証を使っている人へ

接骨院・整骨院で保険証が使えるのは、捻挫や打撲などケガの原因がはっきりした痛みのみです。また、同時に病院で同じ治療をしている場合は使うことはできません。施術者に痛みの原因や治療歴を詳しく説明するとともに、保険証が使える施術かどうかよく確認しましょう。

施術日や施術内容を照会することがあります。領収証の確認など、ご協力をお願いします。

※桜井市国民健康保険より昨年度中の整骨院等への支出額は約2,800万円でした。



問 保険医療課保険年金係（☎内線526・527）



広告

遊休地 農地 山林 使い道にお困りの土地 **売ってください!! 貸してください!!** 279件以上の実績 **太陽光発電で土地の有効活用** 宅地建物取引士・太陽光発電アドバイザー 有資格者が直接対応で安心!! **秘密厳守・査定無料**

ミキエナジー(株) ☎0744-47-8017 桜井市吉隠951番地2 担当: 菅浦(しょうぶ) ミキエナジー 検索

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

債務整理 交通事故 相続・遺言 離婚相談

橿原神宮前駅 西出口前



わくわくチャレンジ活動
奨励金申請者募集

国際大会、全国大会等に出場する子ども・若者を対象に、奨励金を交付します。芸術文化活動やスポーツなどのジャンルは問いません。

- ▽対象 (個人) 平成31年4月1日現在25歳以下で、市内在住または市内の学校に在籍している人(団体)市内に活動拠点があり、出場登録者の過半数が市内在住または市内の学校に在籍していること
- ▽交付金額 (個人) 5千円(団体)対象者数×5千円(上限5万円)
- ▽申込方法 大会参加日までに申請書を記入のうえ、左記へ
- 申・問 社会教育課生涯学習振興係 (☎内線608)

市清掃公社職員を募集

- ▽資格 40歳以下(昭和54年4月2日以降生まれ)で、中型自動車免許を持っている人
- ▽募集人数 2名
- ▽採用日 令和2年1月1日
- ▽試験日 11月17日①
- ▽申込方法 10月1日①～31日

第55回 桜井市展
各大会への出品者募集



【美術展・茶華道展・盆栽展】

▷日時 11月29日①～12月1日①
※茶道は11月30日・12月1日のみ
午前10時～午後5時(最終日は午後3時30分まで)

▷場所 中央公民館

※美術展(絵画、書芸、写真、彫塑、工芸、手芸)の出品者は、11月23日①②午前9時～午後2時の間に中央公民館1階に作品を持参してください。

▷問い合わせ先

- 《絵画・彫塑他》藤本信司 (☎ 45-2850)
- 《書芸》土家利之 (☎ 43-8582)
- 《写真》西岡康峻 (☎ 43-0068)
- 《茶・華道》奥田秀甫 (☎ 49-0026)
- 《盆栽》鶴岡行良 (☎ 43-3925)

自衛官を募集します

- ①自衛官候補生
- ▽資格 18歳以上33歳未満
- ▽受付期間 随時
- ▽試験日 受付時にお知らせ
- ②陸上自衛隊高等工科学校生徒《推薦》
- ▽資格 中卒(見込含)17歳未満の男子で、学校長が推薦する人

※募集要項は市清掃公社で配布。市ホームページからもダウンロードできます。
申・問 (一財) 桜井市清掃公社 (〒633-0052 大字浅古485-1 ☎45-2005)

③貸費学生(技術)

- ▽資格 大学の理学部、工学部の3・4年次または大学院修士課程在学(年齢要件あり)
- ▽受付期間 11月1日～令和2年1月6日
- ▽試験日 令和2年1月25日
- 申・問 自衛隊天理募集案内所 (☎0743-63-2540)

▽受付期間 11月1日～29日
▽試験日 令和2年1月5日または6日

《一般》

- ▽資格 中卒(見込含)で、17歳未満の男子
- ▽受付期間 11月1日～令和2年1月6日
- ▽試験日 1次：令和2年1月18日



Nice days, 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

～あなたの街の法律事務所～ 相続・遺言・交通事故・借金問題・離婚・企業法務・その他

さくらい法律事務所


奈良弁護士会所属 弁護士 後藤周平

一人で悩まず、まずはお電話ください

Tel 0744-48-0036

桜井駅北口から北へ徒歩約5分
御簾歯科医院ビル1階

ウォーキングフェスティバル
キッズスタッフ募集

- ▷日時 11月10日①
午前9時～午後3時 
- ▷場所 芝運動公園内
- ▷内容 受付、案内、各コーナーのサポートなど
- ▷対象 市内在住の小学校4年生～中学校3年生
- ▷定員 10名(応募多数は抽選)
- ▷申込方法 10月10日①までに、住所・参加者名・保護者名・電話番号・学校名・学年を記入のうえ、ハガキまたはFAXで下記へ送付するか、学校で配布された申込書に記入のうえ、各学校へ

甲・問 学校教育課学校教育係
(〒633-8585 大字栗殿202・FAX 45-0962)

危険物取扱者試験 甲・乙種(1～6類)・丙種

- ▽日時 11月17日①
- ※時間は試験区分によって異なる。会場の都合で時間変更や指定される場合あり。
- ▽場所 天理大学(天理市杣之内町)
- ▽申込方法 10月4日①～11日①までに、左記へ郵送または直接持参(持参の場合は平日午前9時～午後4時)
- ※電子申請は10月1日①～8日①。試験案内および願書等は、桜井消防署予防課で配布。
- 甲・問 (二財)消防試験研究センター(〒630-8115 奈良市大宮町5丁目2-11 ☎0742-27-5119)
- 乙種4類・丙種受験準備講習会
- ▽日時 10月27日①

午前9時30分～午後4時30分

▽場所 県社会福祉総合センター(橿原市大久保町)

※受講料とテキスト代が必要

▽申込方法 県内各消防署に設置している申込書に記入のうえ、受講料を添えて10月1日①～11日①までに左記へ郵送または直接持参

甲・問 (一財)県防災安全協会事務局(〒630-8115 奈良市大宮町7丁目2-5 ☎0742-81-9788)

患者等搬送乗務員基礎講習および定期講習

【基礎講習】

- ▽日時 11月2日①・3日① 午前9時～午後5時(両日受講)
- ▽場所 奈良市防災センター(奈良市八条5丁目)
- ▽対象 はじめて受講する人

または資格期限切れの人

【定期講習】

- ▽日時・場所 ①11月6日① 午後1時30分～4時30分・奈良市防災センター ②11月7日① 午前9時～正午・桜井消防署
- ▽対象 平成29年度以降に講習を受けた人
- ※2年以内に受講すると資格は継続されます。
- ▽受付期間 10月18日①までに電話で左記へ

甲・問 奈良県広域消防組合桜井消防署(☎42-4119)

ダンスパフォーマンス
デー出場者募集



自分自身をステージで表現するチャンス。クラシック、ストリート系、演奏しながらのパフォーマンスなどジャンルは問いません。

- ▽日時 12月21日① 午後1時～
- ▽場所 市民会館
- ▽定員 20組(先着順)
- ▽費用 (5分枠) 1組2,000円 (10分枠) 1組3,000円
- ▽申込方法 12月6日①までに電話または直接事務所へ

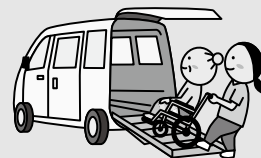
※月・火は休館です。

甲・問 市民会館(☎45-0964 FAX 46-2002)

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

介護保険利用可能

桜井市吉備646-14

TEL:0744-42-0058

FAX:0744-42-0059

わきもと質店 質と買取

検索 

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

大催し・講座

里山で古代米の稲刈り
体験・里山散策など

▽日時 10月5日(土)
午前10時～午後3時

▽場所 山野草の里(大字三谷)

▽内容 稲刈り、稲架かけ、山野草の里散策

▽定員 20名(先着順)

▽費用 大人300円、子ども(小学生まで)200円

▽持ち物 弁当、水筒、作業着、帽子、軍手、タオル、長靴

▽申込方法 10月4日(金)までに、メールまたはFAXに住所・氏名・年齢を記入のうえ左記へ

申・問 NPO法人山野草の里づくりの会村上(TEL 0745-230383・Eメール murakamy@maia.eonet.ne.jp)

軽減税率制度の説明会

飲食料等の軽減税率対象品目を取り扱う事業者だけでなく、誰でも参加できます。

▽日時

①10月8日(火)午前10時～11時

②10月17日(水)午後7時～8時

③10月24日(土)午後3時～4時

④10月29日(火)午前10時～11時
▽場所 桜井税務署大会議室
▽申込方法 電話で左記へ
申・問 桜井税務署法人課税部門(☎42・3505)

第113回
ランチタイムコンサート

「癒しの旋律528hz 祈りと共に」

▽日時 10月10日(土)
午後0時15分～0時45分

▽場所 市民会館ロビー

▽出演者 早川晋也さん(バリトン)、岩本美穂子さん(オーボエ)

問 文化を考える桜井市民の会(☎090・6751・5708)

市観光協会主催事業

「パワースポット三輪の神々を訪ねる」

▽開催日 10月12日(土)・19日(土)・11月9日(土)・16日(土)

▽集合時刻・場所

午前9時45分・JR三輪駅

▽コース(約3km) JR三輪駅→大神神社→狭井神社→月山記念館→大美和の杜展望台→久延彦神社→若宮社→JR三輪駅(正午頃解散)

▽費用 無料(予約不要)

問 (二社)桜井市観光協会(☎42・7530)・FAX42・7530)

子育て研修会

▽日時 10月26日(土)午前10時～

▽場所 中央公民館大会議室

▽内容 講演「言葉を使って気持ちを伝える」古川圭子さん(毎日放送アナウンサー)

▽対象 市内在住の人

▽定員 150名(抽選選考)

▽費用 無料

▽申込方法 10月22日(火)までに、電話または下記QRコードから申込み



申・問 社会教育課生涯学習振興係(☎内線608)

第6回ソラほんまち
フェスタ2019

▽日時 10月26日(土)
午後2時～7時

▽場所 本町通り商店街

▽内容 模擬店、駅前運動スタンプラリー、おもちゃ病院、ウッドバーニング体験、奈良情報商業高校の産直市(午後1時～)、和太鼓・金管バンド演奏(午後2時～来迎寺)など

問 桜井市本町通・周辺まちづくり協議会(☎45・1322)

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/>
見学は随時可 入園願書受付中
未就園児対象 さくらんぼひろば 11/1(金) みんなで遊ぼう～粘土遊び編～
英会話・茶道・絵画・体育・器楽

健康保険を使って 自宅や施設で受けられる
訪問リハビリマッサージ
まずは無料でお試しください!
ヒコナ 鍼灸院 0120-543-378
お問合わせ・ご質問はお気軽にお電話ください
〒634-0112 奈良県高市郡明日香村島庄 16-3 (担当: かけせ)
※歩行困難な方が対象です

青少年健全育成集会
「少年の主張と記念公演」

▽日時 11月2日①
午後1時30分

▽場所 市立図書館

▽内容 市内中学校・高等学校
代表による「少年の主張」・
奈良情報商業高校と桜井中
学
校吹奏楽部の合同演奏

▽問い合わせ 青少年センター（☎内線
615）

親子茶道教室・
親子アート教室を開催

・親子で茶道体験

▽日時 11月9日①

①午前10時～②午後1時

▽対象 市内在住4歳～中学生

・親子でアート作品を作ろう

▽日時 11月9日①午前10時

▽対象 市内在住の小学生

▽場所 中央公民館

▽定員 スカイスクリュー・ね
んどマグネット各10名(先着)

▽費用 無料

▽申込方法 10月31日①まで
に、電話または下

記QRコードから

申込み



申・☎ 社会教育課生涯学習振
興係（☎内線608）

ハローワーク桜井
就職面接会

ハローワーク桜井管内で人
材募集をしている事業所が参加
する面接会および説明会です。

▽日時 10月29日①

0112 FAX 43・8609

午後1時30分～3時30分

▽場所 市役所2階大会議室

※参加事業所は10月上旬に市ホ
ームページに掲載予定。

▽問い合わせ ハローワーク桜井（☎45・
0122）

ハローワーク障がい者
就職面接会

▽対象 就職を希望する障がい
のある人

▽日時・場所 ①10月8日②午
後1時～3時30分・奈良県産
業会館（大和高田市幸町）②
10月18日③午後1時～3時30
分・なら100年会館（奈良
市三条宮前町）

※事前に求職登録が必要です。

▽問い合わせ ハローワーク桜井（☎45・
0112 FAX 43・8609）

市内3か所の市立ふれあいセンター
で、人権フェスティバルを開催！

地域の保育所・幼稚園・小中学校・
関係団体等の発表や作品展示、模擬店、
子どもみこし（北）、抽選会（西・東）
など、それぞれ盛りだくさんの内容で
す。ぜひお越しください。

桜井北ふれあいセンター
第18回よっといで祭り

▷日時 10月27日① 8:30～15:00

▷場所 豊田児童公園（雨天時は桜井
北ふれあいセンター本館・体育館）

▽問い合わせ 桜井北ふれあいセンター
（大字豊田314-2 ☎43-2838）

桜井西ふれあいセンター
第18回桜井西ふれあいフェスタ

▷日時 10月27日① 9:45～15:00

▷場所 桜井西ふれあいセンター（本館）
※駐車スペースがないため、できるだ
け公共交通機関を利用してください。

▽問い合わせ 桜井西ふれあいセンター
（大字吉備646-16 ☎42-3040）

桜井東ふれあいセンター
第46回桜井東人権祭

▷日時 11月4日① 9:45～15:00

▷場所 桜井東ふれあいセンター分館

▽問い合わせ 桜井東ふれあいセンター
（大字初瀬2337 ☎47-7026）

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

Tel 0744-43-5845

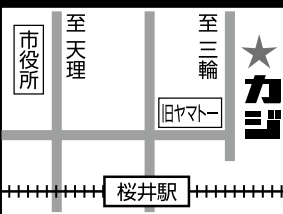
メガネ 補聴器 即日納品可

こだわりの日本製

各種修理承ります

桜井市栗殿271 ●営業時間/9:00～18:00 ●木曜日 予約のみ

駐車場完備!



広告



代表取締役
味波 正人

地元、桜井市で

外壁・屋根塗装を頼むなら 味波美装(株)へ

桜井市で唯一の
塗装ショールーム
完備!!

選ばれ続けて
創業50年!!

奈良県工事実績
1300件以上!

近から安心!
すぐ駆けつけます!

手抜き・妥協
一切なし!!

他の市に事務所がある業者に頼むくらいなら、
地元の弊社にも、ぜひ一度お見直し依頼を!!

☎ 0120-924-373

味波美装 株式会社
プロタイムズ桜井店 桜井市三輪963-2



育休ママが考える「これからの生き方・働き方」

働くママ同士語り合います。

▽日時 10月19日①

午前10時30分～正午

▽場所 奈良県女性センター

▽テーマ ママが働く子はかわいそう!? 子どもに関する不安編

▽対象 育児休業中の人、もしくは産休・育児取得予定の人

▽定員 女性10名(先着順)

▽費用 無料

▽申込方法 FAXかハガキ、県ホームページから左記へ

※託児有。詳細は要問い合わせ。

申・問 奈良県女性センター

(〒630・8216 奈良市東

向南町6・FAX 0742・22・

6729)

「秋の火災予防運動」

関連イベント

11月9日①～15日①は「秋季

火災予防運動」実施期間です。

全国統一防火標語「ひとつずつ

いいね!で確認 火の用心」

【桜井】

▽日時 11月10日①午前10時

▽場所 桜井市民体育館北側駐

車場・芝運動公園内

▽内容 防火啓発漫才、消防車

両の展示、濃煙体験、初期消

火体験(水消火器)

※11月6日①～20日①まで、市

立図書館ロビーにて桜井市幼

年消防クラブによる防火ポス

ター展も行っています。

【広域】

▽日時 11月10日①午前10時

▽日時 11月10日①午前10時

▽場所 イオンモール橿原1階

サンシャインコート

▽内容 さんみゆく小林弥生さ

んのトークショー、消防クイ

ズ大会、ぬいぐるみ劇など

問 奈良県広域消防組合桜井消

防署 (☎42・4119)

県立明日香養護学校

体験学習・教育相談

▽日時 【肢体不自由教育部門】

(小学部)11月12日①(中学部)

11月13日①(高等部) 11月19

日①、各日午前9時20分～午

後1時

※11月19日は【病弱教育部門(高

等部)も併せて行います】

▽場所 県立明日香養護学校

▽対象 来年度に入学・転学を

希望する人で、肢体不自由の

幼児・児童・生徒または、病

弱教育対象の中学3年生とそ

の保護者や関係職員

▽内容 体験学習、教育相談、

給食試食(病弱教育部門の試

食は行いません)

申・問 県立明日香養護学校

(☎54・3380)

公共職業訓練

ハロートレーニング

▽訓練科名 ①機械CAD技術

科②住宅リフォーム技術科③

住環境コーディネート科④金

属加工技術科(若年コース)

▽対象 訓練を受講し、再就職を

希望する人(①②は45歳以下)

▽定員 ①②15名、③④10名

▽訓練期間 12月～令和2年5月

▽訓練場所 ポリテクセンター

奈良(橿原市城殿町)

▽費用 無料(教科書代等は自

己負担)

▽募集期間 11月1日①まで

申・問 ポリテクセンター奈良

(☎22・5226)

お知らせ

危険ごみ回収日

▽月・木コース：10月15日①

▽火・金コース：11月28日①

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。

問 環境部業務課 (☎45・

2001)

令和元年10月分の使用料から

下水道使用料・上下水道料金の消費税額が改定されます

問 経営総務課・下水道課 (☎42-9211)

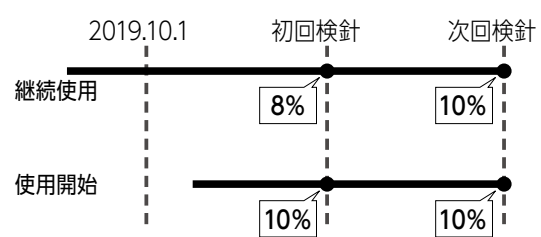
下水道は、私たちが快適な生活を送るうえで必要不可欠な施設です。

広報「わかざくら」6月号にも掲載したとおり、持続可能な行財政基盤を確立するため、「桜井市行財政改革アクションプラン」に基づき、10月分から下記改定後の使用料が適用となります。

今後も安定して下水道事業を運営していくため、ご理解とご協力をお願いします。

また、消費税の改定により上下水道料金について消費税相当額を8%から10%に改定しますが、9月30日以前からの使用分は、10月1日以降の最初の検針日までの上下水道料金は旧税率の8%が適用されます。

(下水道使用料)		税抜額	現行	改定後	使用水量
1m ³ 当たりの使用料	一般排水	公衆浴場 (共同浴場を含む)	80円	90円	1m ³ ～
		その他 (一般家庭用)	120円	140円	1m ³ ～300m ³
	中間排水	170円	190円	301m ³ ～750m ³	
	特定排水	220円	240円	751m ³ ～	



善意銀行（8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。

・朝倉台 植田工務店

植田正彦様 5,000円

・地域が育む川づくりプログラム事業代金 平和橋会様

10,000円

・匿名 5,000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

スポーツ

TOTO助成事業

桜井宇陀サッカー教室

▽日時 10月19日（土）

午後2時～4時

▽場所 桜井南小学校

（雨天時は同体育館）

▽対象 4歳～小学生（サッカー経験や性別は不問）

▽定員 30名（先着順）

▽費用 無料

▽持ち物 運動靴（金属スパイク不可）、タオル、飲物、ボール（あれば）、上靴（雨天時）

▽申込方法 開催日の5日前までに参加申込書を郵送または



FAXするか直接持参
申・問 桜井宇陀広域連合サッカー教室係（〒633・0112 大字初瀬1626・1・☎47・7077 FAX 47・7078）

◆中学校軟式野球大会
優勝 桜井西中学校
2位 桜井中学校

第59回市民体育大会結果



桜井西中学校

◇小学生相撲大会結果

《5年生個人》（敬称略）

優勝 中川隆雅（大福）

2位 山本昊（初瀬）

3位 西田大吾（城島）

3位 脇坂琉生（纏向）

《6年生個人》（敬称略）

優勝 松本斗吾（安倍）

2位 籠滝慎之介（安倍）

3位 谷田圭功（桜井西）

3位 谷阪大輔（三輪）



個人戦入賞者

《団体》

優勝 アンペンジーズ（安倍）

2位 どすこい城島（城島）

3位 朝倉部屋（朝倉）

問 総合体育館（☎450609）



団体戦優勝チーム

今月の市税・保険料

■市県民税（3期分）

■国民健康保険税（4期分）

■介護保険料（4期分）

■後期高齢者医療保険料（4期分）

納期限は
10/31（木）です。

納め忘れのないよう、注意してください。

桜井市普通財産の土地を一般競争入札により公売します

▷入札日時 10月24日（土）午前10時～

▷入札場所 市役所3階入札室

▷物件の詳細

■所在地 大字谷816番地の2および816番地の15

■地目 宅地

■面積 公簿188.17㎡（56.92坪）

■備考 市街化区域、第1種住居地域、建ぺい率60%、容積率200%、15m高度地区

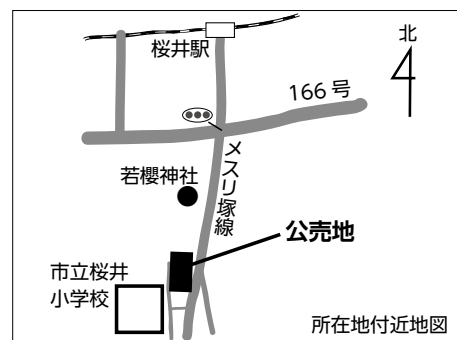
■最低入札価格 8,129,000円

※当該地の全面はアスファルト舗装されており、現状有姿で処分します。なお、落札後は、風俗営業の用途に使用してはならないものとします。

問 総務課資産管理係（☎42・9111 内線322・330）

※入札に参加するには、事前に申込みが必要です。

▷申込方法 10月1日（土）～15日（土）の平日午前9時～午後5時の間に、市役所3階総務課に直接提出（申込用紙と入札説明書は、総務課で配布しています。また、市ホームページからもダウンロードできます。）



所在地付近地図

相談名称	相談日	相談場所	対象者	申込み・問い合わせ先
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(☎・第2☎は除く) 13:00～16:00	市役所1階 相談室	中南和地域在住	相談日2週前の火曜9:30受付開始。 ☎ 奈良弁護士会(☎0742-22-2035)
弁護士による無料法律相談〈要予約〉	10/10☎ 13:00～16:00		市内在住	10/1☎8:30受付開始。先着7名。1人1回限り。 ☎ 市民協働課市民生活係(☎内線534)
税理士による税務相談〈要予約〉	10/16☎ 13:00～16:00		市内在住	10/2☎8:30受付開始。先着5名。 ☎ 市民協働課市民生活係(☎内線534)
司法書士による法律相談〈要予約〉	10/24☎ 13:00～16:20		市内在住・在勤	10/9☎8:30～相談日2日前まで受付。先着5名。 ☎ 市民協働課市民生活係(☎内線534)
行政書士による法務相談〈要予約〉	10/25☎ 13:00～16:20		市内在住	10/11☎8:30受付開始。先着5名。 ☎ 市民協働課市民生活係(☎内線534)
行政相談	10/9☎ 13:00～16:00		市内在住	当日、市民協働課で受付。 ☎ 市民協働課市民生活係(☎内線534)
人権擁護委員による悩みごと相談	10/17☎ 13:00～16:00		市内在住	☎ 人権施策課人権係(☎内線561)
女性相談〈面接相談は要予約〉	10/28☎ 13:00～15:00		市内在住・在勤	予約は当日の午前中まで ☎ 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)	10/21☎ 9:00～12:00		保健福祉センター「陽だまり」3階会議室3	県内在住 予約は前々日の土曜まで ☎ 県子育て女性就職相談窓口(☎0742-24-1150)
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階相談室	対象制限なし 電話相談(☎42-6804)もあり(相談日のみ) ☎ 社会福祉協議会(☎42-2724)
失業などによる暮らしの困りごとの相談	平日 9:00～17:00	保健福祉センター「陽だまり」2階	市内在住 ☎ 桜井市くらしとしごと支援センター(☎49-3020)	
若者自立のための相談会	☎除く毎日 9:00～18:00	大字桜井192-2	要問い合わせ ☎ 若者サポートステーションやまと(☎44-2055)	
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	市内在住・在勤 初回の受付時のみ15:30まで ☎ 市民協働課市民生活係(☎内線534)	

共に生きる

最近、スポーツ界で若い選手の活躍が多く報道されています。

野球では、メジャーリーグ大谷選手の二刀流、テニスでは大坂なおみ選手が全米・全豪の2大タイトルを獲り一時は世界ランキング1位に、卓球やバドミントンの若手たちも世界ランキング上位にひしめいています。そしてつい最近では、渋野日向子選手が全英女子ゴルフ初出場初優勝と、それぞれ世界を股にかけての活躍です。来年の東京オリンピック・パラリンピックにむけて、ムードが高まる話題といえます。

そんな中、一人のレジェンドがバットを置きました。そう、3月21日、日本で迎えたメジャーリーグ開幕戦で、イチロー選手が引退を表明したのです。夜中に行われた記者会見で、イチロー選手の次の言葉が心に残りました。

イチロー選手の言葉から

「メジャーリーグに来て、外国人になったことで、人の痛みを想像したりする今までになかった自分が表れた。孤独を感じて苦しんだことは多々あったが、その体験は未来の自分にとって大きな支えになるだろうと思う」

イチロー選手は、私たちにとって日本人メジャーリーガーであっても、アメリカでは外国人なのだという、ごく当たり前のことに気づいていなかった自分にハッとしました。

世界を股にかけて活躍する日本人に勇気をもらいつつ、今も、そしてこれからもたくさん日本に働きにくるであろう外国の人たちにも思いを馳せ、ともに暮らす者として彼らの思いを受け止められる人間でありたいと思っています。





第49回

市民体育祭

10月13日 日

時間 入場行進：午前8時20分

会場 芝運動公園運動場

開会式：午前8時30分



グラウンドの会場配置については、ホームページ等で確認してください。

競技種目	種別	開始時刻	競技種目	種別	開始時刻
玉入れ	全員		みんなでジャンプ決勝	小学生・一般	13:10
トリム体操・桜井音頭	(アトラクション)		それいけラガーマン決勝	一般(中学生以上)	13:15
100m予選※	小学生男子(6年)	9:50	1500m決勝	一般(中学生以上)	13:20
100m予選※	小学生男子(5年)	9:55	80m決勝	一般男子(40歳以上)	13:28
100m予選※	小学生女子(6年)	10:00	100m決勝	小学生男子(6年)	13:30
100m予選※	小学生女子(5年)	10:05	100m決勝	小学生男子(5年)	13:32
100m予選※	一般男子(18歳以上)	10:10	100m決勝	小学生女子(6年)	13:34
100m予選※	一般女子(18歳以上)	10:15	100m決勝	小学生女子(5年)	13:36
80m予選※	一般男子(40歳以上)	10:20	100m決勝	一般男子(18歳以上)	13:38
80m鉄人レース決勝※	小学生男子(4年以下)	10:25	100m決勝	一般女子(18歳以上)	13:40
80m鉄人レース決勝※	小学生女子(4年以下)	10:35	60m決勝	小学生男子(4年以下)	13:42
60m予選※	小学生男子(4年以下)	10:45	60m決勝	小学生女子(4年以下)	13:45
60m予選※	小学生女子(4年以下)	10:48	60m決勝	一般女子(20歳以上)	13:48
60m予選※	一般女子(20歳以上)	10:52	宝はこび決勝	一般	13:50
二人三脚決勝	一般	10:55	400m混合リレー決勝	小学生(3年以上)	14:05
足並みそろえて1・2決勝	一般(16歳以上)	11:05	400m混合リレー決勝	中学生	14:08
400m混合リレー予選	小学生(3年以上)	11:20	400mリレー決勝	小学生男子(5年以上)	14:10
400mリレー予選	小学生男子(5年以上)	11:23	400mリレー決勝	小学生女子(5年以上)	14:15
400mリレー予選	小学生女子(5年以上)	11:26	400mリレー決勝	一般男子	14:20
ジャンボバトンリレー決勝	一般(18歳以上)	11:30	400mリレー決勝	一般女子	14:25
人生いろいろ決勝	一般(65歳以上)	11:35	400m混合リレー決勝	一般(18歳以上)	14:30
400m混合リレー予選	中学生	11:45	綱引き決勝	一般	14:35
[昼食]			走り幅跳び決勝※	小学生男子(4年以上)	9:50
保育所5歳児演技・幼稚園児演技・芝運動公園SC			走り幅跳び決勝※	小学生女子(4年以上)	13:45

※印の種目はトラックの北側で行います。(直線走路・幅跳び)

ふれあいの部プログラム

会場：総合体育館

オープニング トリム体操

1. 大玉ころがし
2. 二人でサンドイッチ
3. パン食い競争(全員参加)

昼食

4. 借り物競走
5. ボール送り
6. リレー(各団体代表者)

エンディング 歌と手話





元プロ総合格闘家
しおりゅう
枝折 優さん

努力を続けたら必ず変われるし、成長できる。
合気道でそれを体感してほしいですね。

真夏の暑い夜、そして凍り付く冬の日にも、帯を締めた道着の子どもたちの大きな声がジムの中に響き渡る。桜井市内に住む枝折優さんは、合気道歴20年以上。五段の段位と世界選手権2連覇の経歴を持ち、現在は指導者の立場に就いている。

生まれ育ったのは山口県。進学先に選んだ天理大学で、偶然合気道と出会った。体を動かすことは好きだったが、それまで馴染みのなかった競技だからこそ惹かれたのかもしれないと話す。先輩から新しい技を教えてもらうたび、強くなっていく自

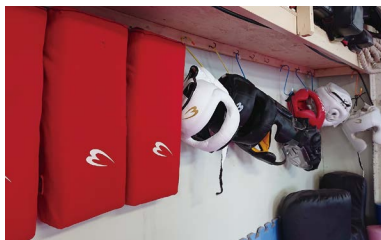
分を感じた。

卒業後は企業への就職はせず、新たにレスリングやボクシングの技も習得し、総合格闘家としての道を歩み始めた。また、合気道を中心とした武道や格闘技を子どもたちに教えたいというもう一つの夢を叶えるため、選手としての活動の傍ら、原点となった天理大学の近くに総合格闘技ジム「チームバーモス」を構えた。

一般的に合気道は、いかに美しく型が決まるかを見る演武を行うことが知られているが、枝折さんの元では試合形式をも習



▲子どもたちの元気な声が響く



▲キックボクシングなどの道具が並び



▲日中は道場横で整体も行う



得できる。「合気道は、相手の姿勢が崩れた瞬間を見極めて投げるから、ほとんど力も必要ないんです。力任せではないからこそ、うまく決まったときのスカツとする感触は何事にも代えられないですね」と話す。

ジムではキックボクシングや空手など、大人、子どもそれぞれに多彩なメニューのクラスを設定し、武道や格闘技全般の楽しさを伝える。その中でも、自身が一番長く携わる合気道の認知度はまだまだ低く、もっと広めたいと奔走する。

「何事も続けると、体だけでなく精神力も鍛えられます。頑張らないと何も変わらないけど、努力し続けて頑張ったら、必ずそれだけ変われるし、成長できる。子どもたちにはこれを体感してほしいんです」。自身も合気道と出会ったことで身をもって実感できたというこの教えをモットーに、枝折さんは次世代の育成に力を入れる。

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～金曜日 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
ふれあいの日 年齢別の日	0歳児の日	10/9 ㊦ 9:00～12:00
	1歳児の日	10/16 ㊦ 9:00～12:00
	2・3歳児の日	10/23 ㊦ 9:00～12:00
誕生日会(10月生まれ)		10/25 ㊦ 11:30～、14:30～
発育測定		10/18 ㊦ 10:30～11:30
桜井高校生との交流		10/1 ㊦ 10:00～12:00
わらべうたあそび		10/17 ㊦ 11:20～11:50

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～金曜日 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	10/1 ㊦ 10:30～11:30
特別企画	英語で遊ぼう	10/10 ㊦ 10:30～11:00
	音で遊ぼう	10/17 ㊦ 10:30～11:30
園庭開放		10/5 ㊦ 10:00～11:30
		10/26 ㊦ 10:00～11:30
プチ運動会		10/19 ㊦ 10:30～11:30
親子ふれあい体操		10/24 ㊦ 10:30～11:30

※ 10/15 ㊦はお休みです。

ドレミの広場

大字桜井 1259 まほろばセンター2階 ☎ 48-0242
 ▷日時 金～火曜日 10:00～17:00 (祝日も開所)
 ▷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
助産師相談	10/7 ㊦ 10:00～11:30
誕生日会(10月生まれ)	10/29 ㊦ 11:30～、14:30～
発育測定	10/8 ㊦ 10:30～11:30

※ドレミの広場でも子育ての情報提供やサークル支援などの相談を受け付けています。

※子ども一時預かりもできます。

時間や費用などの詳細は問い合わせてください。

※ 10/15 ㊦はお休みです。(毎月第3火曜は休み)

社会福祉法人葛城福祉園 桜井学園ひよこランド

大字忍阪 32-1 ☎ 43-0504

未就園児対象のオープンキャンパスです。ミュージックケアや運動遊び、制作、パネルシアターなどを通して親子で楽しい時間を過ごしましょう。子育ての情報もお知らせしています。

▷日時 10月16日 ㊦ 9:30～10:50
 11月以降は毎月第3火曜日

終了後 11:20 までは園庭で自由に遊ぶことができます。

※園の都合により、日程が変更になることがあります。

▷対象 0歳～未就園の子どもとその保護者

▷費用 無料



乳幼児健診・相談・教室

▷場所 保健福祉センター「陽だまり」1階

▷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	令和元年5月23日～6月16日生	10/16 ㊦	受付時間 13:00～13:45 (2歳6か月児歯科健康診査は9:00～9:45) ※各健診は個別案内を送りますので、詳細は個人通知を確認してください。 ※日程が合わないときは、けんこう増進課まで連絡してください。
10か月児健康診査	平成30年11月21日～12月16日生	10/30 ㊦	
1歳6か月児健康診査	平成30年3月1日～3月15日生	10/3 ㊦	
2歳6か月児歯科健康診査	平成29年3月生	10/3 ㊦	
3歳6か月児健康診査	平成28年2月17日～3月13日生	10/17 ㊦	受付時間 9:30～10:30 持ち物 母子手帳・バスタオル
	平成28年3月14日～4月1日生	10/29 ㊦	
すくすく相談	生後9か月未満	10/1 ㊦	実施時間 9:30～12:00
	生後9か月～1歳7か月未満	10/21 ㊦	
パパママ教室	妊娠6か月～9か月未満の妊婦とはじめてパパになる人(定員15組)	10/12 ㊦	実施時間 13:30～15:00
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(定員12名)	11/15 ㊦	

要申込

要申込

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(11日)

図書館開館 20 周年記念特別コンサート
ピアノで歩む『森の道』コンサート

要申込

宮下奈都著「羊と鋼の森」の世界観から選曲したピアノ曲を、トークを交えながら生演奏。

▷日時 **10月20日** ㊤
15:00～16:00 (14:30 開場)

▷演奏 安保美希さん
▷定員 200名

第5回図書館文化講座
「古事記を読む・須佐之男命の大蛇退治」

要申込

▷日時 **10月27日** ㊤
14:00～15:30 (13:30 開場)

▷講師 大島信生さん (皇學館大学教授)
▷定員 50名
▷資料代 200円

【共通申込方法】 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 (図書館ホームページお問い合わせよりメールができます) に講座名、住所、氏名、電話番号を記入し、市立図書館まで。

今月のおはなし会 (当日参加OK)

10月5日 ㊤ 15:00～15:30

▷担当 桜井おはなしの会

10月19日 ㊤ 15:00～15:30

▷担当 子ども読未知



わらべうた講習会

要申込

▷日時 **10月17日** ㊤
13:30～15:00 (13:00 開場)

▷講師 石川道子さん
▷定員 40名
▷資料代 500円
協力 桜井おはなしの会



市立図書館

〒633-0051
大字河西 31 番地
☎ 44-2600
FAX 44-2528

ホームページ



twitter



ガバメントクラウドファンディングで寄附金を募集します

ガバメントクラウドファンディングとは、「ふるさと納税制度を利用したクラウドファンディング」です。自治体が抱える問題解決のため、ふるさと納税の寄附金の「使い道」をより具体的にプロジェクト化し、そのプロジェクトに共感した人から寄附を募る仕組みです。各プロジェクト成功のため、あたたかいご支援をお願いします！

子ども広場「ひみっこぱーく」のあそび道具の整備

5月11日のオープン以来、多くの利用者で賑わっている子ども広場「ひみっこぱーく」。現在、「表現あそび道具」や「からだあそび道具」の新たな整備を計画しています。多くの人に繰り返し楽しんでもらえる施設とするため、この取り組みに対して広く寄附を募集します。

担当：商工振興課 (☎ 42-9111 内線 351)



現在の「ひみっこぱーく」の様子

桜井まちづくり株式会社の事業支援のため

都市再生推進法人である桜井まちづくり株式会社は、市や地域のみなさんと、協働で桜井駅周辺地区のまちづくりに取り組んでいます。具体的には、駅前広場整備事業などがあります。桜井駅前に賑わいを創出する事業を今後さらに支援していくため、広く寄附を募集します。

担当：観光まちづくり課 (☎ 42-9111 内線 348)



桜井まちづくり株式会社による空き家利活用の例

- ▷募集期間 どちらも10月1日㊤～12月31日㊤ ※市役所での受付は12月27日㊤まで
- ▷申込方法 ふるさとチョイス寄附募集ページ (各QRコードから申込みができます) もしくは、税務課収納管理係ふるさと寄附金担当窓口 (平日 8:30～17:15) で直接申込み

舞茸の和風ミートビーフン

～塩分控えめでボリュームもたっぷりなメニューです～



エネルギー 366kcal
塩分 0.9g

材料 分量 (4人分)

- 玉ねぎ ……160g
- にんじん ……80g
- にんにく ……2g
- 青ねぎ ……4g
- 舞茸 ……160g
- ビーフン ……200g
- 油 ……小さじ1
- 合びき肉 ……200g
- A ホールトマト缶 (無塩) ……200g
- 顆粒かつおだし ……4g
- みりん ……小さじ4
- しょうゆ ……小さじ2
- こしょう ……少々

作り方

- ① 玉ねぎ、にんじん、にんにくをみじん切り、青ねぎは小口切りにする。舞茸は食べやすい大きさに手で割く。
- ② ビーフンをゆで、ザルにあげる。
- ③ フライパンに油とにんにくを熱し、中火で合びき肉を炒める。合びき肉に火が通ったら、玉ねぎ、にんじんを加え、玉ねぎが透き通ったらAを加えて1分煮込む。
- ④ ③に舞茸、ビーフンを加えて炒め合わせ、しょうゆ、こしょうを入れ、味を調える。
- ⑤ ④を盛り付け、青ねぎを飾る。

【レシピ提供】桜井市食生活改善推進員協議会

まちからのお便り

★9月号の防災に関する特集を読みました。いつ起こるかわからない災害、とても参考になりました。早速災害情報を入手してみます。

(40代・Yさん)

★我が家の裏は山なので、災害に対して不安がずっとあります。避難用具はまとめてありますが、実際避難場所について家族と話ができるような良い機会になりました。

(20代・Nさん)

災害は時や場所を選びません。いざというとき対応できるように普段から意識し対策しておくことが被災の軽減につながります。全国的に大規模な風水害が増えています。再度、防災について考えてみてください。

★「桜井をつなぐ人」の相撲甚句の記事に知り合いの方が載っていたので、興味深かったです。市民会館でのイベントにも参加したいと思えます。(40代・Yさん)

★「桜井をつなぐ人」の相撲甚句の記事に知り合いの方が載っていたので、興味深かったです。市民会館でのイベントにも参加したいと思えます。(40代・Yさん)

★「桜井をつなぐ人」の相撲甚句の記事に知り合いの方が載っていたので、興味深かったです。市民会館でのイベントにも参加したいと思えます。(40代・Yさん)

桜井の夏の終わりを彩る大和さくら万葉まつりに夕方から参加。庁舎建て替えに伴い、芝運動公園での開催でした。広いグラウンドに桜井音頭の大きな大きな円。地元高校生たちの元気な掛け声、良かったです。(土家)

今月は認知症の特集を担当しました。知っているようで知らない認知症のこと。取材をするなかで初めて知ることたくさんありました。今回の特集が、認知症に向き合えるきっかけになればと思います。(村上)

編集後記



けいさつコーナー

全国地域安全運動

安全で安心して暮らせるまちの実現を目指して「全国地域安全運動」が実施されます。

▽期間 10月11日(金)～20日(日)

【運動の重点】

- ・子供と高齢者の犯罪被害防止
- ・特殊詐欺の被害防止
- ・住宅及び車両を対象とした窃盗の被害防止

【防犯アドバイス】

外出前、就寝前には窓や扉の施錠の確認を！

民事介入出張相談所の開設

交通事故の示談や債権の取り立て等の日常生活や経済取引に関し、暴力団や暴力団準構成員等から暴力団の威力を示されたことにより不当な利益を与えた、要求されている等の相談を左記の日程で受け付けます。

▽日時 11月21日(金)

午後1時～4時

▽場所 イオン桜井店(大字上之庄278-1)

あの日の桜井 懐かしの風景



平成9年に桜井市清掃工場で行われた施設見学会の様子です。昨年に解体された桜井市の旧ごみ処理場であり、写真は焼却炉の前で撮影されています。

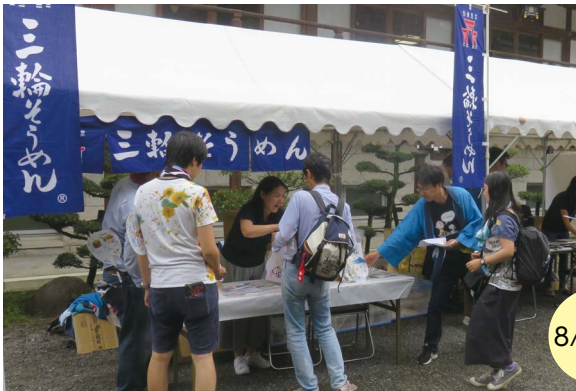
昔の写真を探しています。総務課(☎42-9111内線324)までお寄せください。提供写真は返却いたしません。

8/31㊥



いざという時に備えて・・・

9月1日の防災の日になみ、芝運動公園で奈良県防災総合訓練が行われました。バスや倒壊家屋・転覆した車両などがある現場での救出救助訓練や、避難所運営訓練、ヘリによる物資搬送や被災者救援訓練などいざという時に備えた本格的な訓練が行われました。



8/24㊥

三輪そうめんをPRしました

大神神社休憩所にて三輪そうめんが三輪素麺振興会によって振る舞われました。また、大神神社大礼記念館ではテレビ番組でもおなじみの気象予報士久保井朝美さんが「そうめんと気象」をテーマに講演されました。来場者に三輪そうめんの魅力を知ってもらう良い機会となりました。

8/24㊥



酸性・アルカリ性を調べよう

市立図書館で図書館科学実験教室「身近なものの酸性・アルカリ性を調べよう」が行われました。生活をしている中で身近にあるものが、酸性なのかアルカリ性なのかを実験でひとつひとつ確かめました。試験薬の色が変わると子どもたちは「わー」と歓声をあげ、楽しんで学んでいるようでした。



8/26㊥

バトントワリング世界大会で第3位！

世界から140名が参加し、フランスで開催されたIBTF グランプリ大会に日本代表として出場した上田真里奈さんが、世界第3位となったことを報告するため、市長を表敬訪問しました。市長は、上田さんの見事な成績とこれまでの努力を称賛。今後は海外に留学し、より一層成長したいと話しました。

8/25㊥



第58回桜井市夏季大学が開催

大神神社大礼記念館で行われた桜井市夏季大学。県立万葉文化館指導研究員の井上さやかさんは「万葉集における桜と梅 - 新元号によせて」をテーマに、奈良国立博物館館長の松本伸之さんは「必見！正倉院宝物」をテーマに、講演が行われました。参加者は熱心に聞き、有意義な時間を過ごせたようでした。

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。

「初瀬まつり」太鼓台・みこし巡行

天暦2(948)年に始まり、奈良の御祭に次ぐ大和第2の大祭と言われてきた「初瀬まつり」。近年、氏子の努力によって太鼓台巡行の復興が実現しました。郷土の歴史に触れながら、祭りを楽しんでください。

📅 10月20日🕒 10:30頃～13:00頃

※みこし・太鼓台が順次入ってきます。

📍 長谷寺入山口(桜馬場)

ドクターセラピスト田中医師による健康講座

あなたが信じていた医療は本当ですか？自然治癒力を高め、病気にならない生活の心得を、医師の立場からわかりやすくお話しします。

📅 10月21日🕒 10:00～16:00

📍 まほろばセンター 2階

📎 500円(お茶付き)

📍 芝EMクラブ澤田(☎070-2681-1189)

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。

8/24(土)



場所を移して今年も開催！

芝運動公園を会場として、今年も第45回大和さくら万葉まつりが開催されました。

毎年大人気の現代版「海石榴市」では多くの店舗が出店し、大賑わい。木のまち子ども広場では楽しそうに遊ぶ声が響き渡っていました。その他にも、トラックステージではコーラス、舞踊、和太鼓、ダンスなどがあり、DOZAN11ex. 三木道三さんによる音楽ライブで締めくくられました。

夕方からは市内の園児も参加したパレードがあり、毎年恒例となっている桜井音頭の総踊りで万葉まつりのフィナーレを迎えました。



8/31(土)

上手にできたかな？

市立中央公民館で小学生を対象に「わくわく子ども工作教室～フォトフレームづくり」が行われました。参加した子どもたちは色とりどりの飾りに目を輝かせながら、思い思いのフォトフレームを作っていました。試行錯誤しながらやっと完成したフォトフレーム。子どもたちは満面の笑みを浮かべていました。

8/30(金)



お母さんの温かい手に包まれて

まほろばセンター交流室で、ドレミの広場の子育て講座わらべうたベビーマッサージを開催。生後3～7か月の赤ちゃんとお母さんが、講師のわらべうたに合わせて歌いながらスキンシップを楽しみました。お母さんの優しい手のぬくもりと歌声に、赤ちゃんたちのかわいい笑顔がいっぱい見られました。



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？



浦谷 沙月ちゃん・ひなたく 陽向くん
H27.3.31生・H24.6.27生



嶋岡 由純ちゃん
H30.2.21生



野村 詩花ちゃん・いろは 彩羽ちゃん
H31.2.22生・H28.8.16生



福井 湊人ちゃん
H27.9.9生



山下 芽輝ちゃん・芽琉ちゃん
H30.7.31生・H26.5.1生



近藤 ゆあちゃん
H30.10.18生



中田 朔くん・蒼ちゃん・はる 陽くん
H22.6.23生・H29.3.21生・H25.2.11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。市内在住で5歳までのお子さんに限ります(弟妹と一緒にいる場合は除く)。

過去に応募いただいたお子さんも、掲載後1年経過していれば再度掲載できます。
※送っていただいた個人情報、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
大和さくらいブランド
よなぼりまい
吉隠米 2kg (5名様)



今月のプレゼントは、昨年大和さくらいブランドに認定された吉隠地区で生産された新米2kgです。生産方法と品質向上にこだわり、収穫後も粒をそろえて色彩選別を行っています。生産者は、耕作放棄地の解消や美しい棚田の景観保護活動も行っています。地元で採れたお米を、ぜひ味わってください。



長谷寺



※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。この商品に関しては、市役所3階総務課での引き換えとなります。
※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、当選ハガキの発送のためにのみ使用します。

広報クイズ

・年を重ねると誰でもなりうる身近な病気は？

「○○症」ヒント：2ページ参照

アンケート

・広報わかざくら10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10月号」係
FAX 42-2656
締切：10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。