

やまとたかだ

お知らせ版

街かどズーム



女性消防団員募集

大和高田市消防団では、女性消防団員を募集します。高齢者の自宅に訪問し、防火指導したり、応急救護方法の習得や指導、防火・防災の啓発などの予防活動が、主な役割です。また、災害発生時には、救護活動や避難所運営の支援など、後方支援活動を行います。

応募人数	若干名
応募期間	2月4日～2月28日
応募資格	市内在住で18歳以上45歳未満(平成26年4月1日現在)の防災・防火活動のできる女性。自転車に乗れる人。
採用予定日	平成26年4月1日
消防団員の身分	非常勤特別職の公務員
消防団員の処遇	条例に基づき、報酬が支給。活動に必要な被服等を貸与。公務災害補償、退職報奨金などの制度あり。

入団希望の人は、応募期間内(平日午前9時～午後5時)に下記まで連絡してください(申込書等を送付します)。後日、書類審査のうえ、面接を行います。

〔市役所自治振興課 消防団担当 内線221〕

- 葛城コミュニティセンター教室生・講座生募集 …… ①
- 中央公民館活動 学習成果発表会 …… ②
- 個人住民税の申告相談・受付 …… ③～④
- 入札参加資格申請の受付 …… ⑤
- ヘルシーライフ …… ⑥～⑦
- くらしの案内 …… ⑧～⑨
- お知らせ BOX …… ⑩
- 情報アンテナ …… ⑪～⑫

葛城コミュニティセンター 教室生・講座生募集

平成26年度の各教室生・講座生を、募集します。楽しく学んで、新しい自分を見つけてみませんか。（講師名敬称略）



※1回200円の受講料が、必要です。（浮孔高齢者学級、おりがみ教室の小・中学生、ジュニア将棋教室は除く）

▷**申込方法** 2月28日(金)(当日消印有効)までに、往復はがきで葛城コミュニティセンターへ。※申込多数の場合は、抽選

▷**受講料の納付** 講座案内はがきが届いた人は、期日(4月1日～初回の開講日)までに、葛城コミュニティセンターへ、年間受講料を納付してください。（納付時間：午前9時～午後4時30分）

※期日までに納付のない場合は、受講を取り消します。

※納めた受講料は、返しません。

往復はがきの書き方

50	635-0054	大和高田市曾大根 七八三ー
往信	葛城コミュニティ センター行	
50		葛城コミュニティ センター講座申込
返信	受講者の名前 受講者の住所	・教室名 ・名前(フリガナ) ・性別・生年月日 ・住所・電話番号

◆方丈記・徒然草・歎異抄 を読む

とき 第2日曜日(12回)
午後1時30分～3時30分
4月13日開講
講師 山野治光
受講料 2,400円

◆小倉百人一首かるた取り

とき 第1火曜日(12回)
午後1時～3時
4月1日開講
講師 北野律子
受講料 2,400円
※5月、11月のみ第2火曜日

◆実用書道教室

とき 原則第2・4水曜日(24回) 午後1時～
4月9日開講
定員 40名 講師 水本蒼穹
受講料 4,800円
※書道用具は各自用意してください

◆ジュニア将棋教室

とき 第1日曜日(12回)
午前9時30分～正午
4月6日開講
定員 駒を動かせる
小・中学生20名
講師 山元隆吉
※5月、1月のみ第2日曜日

◆パソコン教室

とき 第1・5土曜日または第
4日曜日 午前10時～正午
4月5日～9月28日(全12回)
定員 10名 講師 仲本季代
受講料 2,400円
※Windows XPには対応していません

◆おりがみ

とき 第3日曜日(12回)
●一般:午前10時～正午 ●小・中
学生:午後1時～ 4月20日開講
講師 竹尾篤子
受講料 一般のみ2,400円
※別途、費用が必要

◆子育て教室

とき 第1水曜日(12回)
午前10時～正午 4月2日開講
対象 2～5歳の幼児と保護者
講師 藤田勝文
受講料 2,400円
定員 15名

◆囲碁入門講座

とき 第2・4金曜日(23回)
午前9時30分～正午
4月11日開講
講師 吉村芳俱
受講料 4,600円
定員 30名(初心者優先)

◆家庭料理(美味しいイタ リアン)

とき 第3金曜日(12回)
午前10時～正午 4月18日開講
定員 20名 講師 仲村あけみ
受講料 2,400円
※別途、費用が必要

◆男性クッキング (和・洋・中のおうちごはん)

とき 第1土曜日(12回)
午前10時～正午 4月5日開講
定員 20名 講師 仲村あけみ
受講料 2,400円
※5月、1月のみ、第2土曜日

◆イタリア料理と 楽しいクラフト教室

とき 第2金曜日(12回)
午前10時～正午 4月11日開講
講師 仲村あけみ
受講料 2,400円
※別途、費用が必要

◆デコ・アメリカンフラワー

とき 第1土曜日(12回)
午後1時30分～ 4月5日開講
定員 20名 講師 城井秀子
受講料 2,400円
※別途、費用が必要
※5月・1月は第2土曜日

◆コラージュ&ペイント教室

とき 第3木曜日(12回)
午前10時～正午 4月17日開講
講師 吉田成美
受講料 2,400円
※別途、費用が必要

◆洋菓子作り

とき 4月15日、5月13日、6月
17日・7月15日(4回) 午前9
時30分～正午 定員 20名
講師 「洋菓子エンジェ」の
スタッフ
受講料 800円
※別途、材料費が必要

◆浮孔高齢者学級

とき 原則第3金曜日(11回)
午後1時30分～
4月18日開講
対象 浮孔・浮孔西校区の
60歳以上の人
※申し込みは、電話でも可



〔葛城コミュニティセンター ☎ 23-8001〕

第40回 中央公民館活動 学習成果発表会

各講座・サークル活動の、日ごろの成果を発表します。
お誘いあわせのうえ、多数ご来場ください。

とき 2月15日(土) 午前9時～午後4時

ところ さざんかホール

16日(日) 午前9時～午後3時

※開会式:2月15日(土) 午前10時～(3階小ホール)

舞台発表(3階 小ホール)

15日:午前10時30分～

若葉コーラス、高田混声合唱団、ヴォイストレーニング講座、コーラスまほろば、コーラスひまわり、大正琴の会、太極拳クラブ、高田民踊普及会、文協社交ダンス部、神心流尚道館、龔風会、ピカケレイラニ・アロハモ工教室、ふたかみ吟詩会、さわやか体操



体験コーナー(一部有料)

15日:午前9時～午後4時 16日:午前9時～午後3時

教室名	内容	定員	費用	申込先
2階 展示ホール (各日)				
あみもの教室編夢 (各自持参物あり)	残り毛糸でコサージュ 作りを楽しみましょう	なし	—	倉本春美 ☎080-5716-1512
アメリカン Dipフラワー	お花、アクセサリをア メリカンでアレンジ	各日10名	500円	当日会場で
押し花創作クラブ (16日10時～のみ)	色紙に押し花をデザイ ンして花絵額を作成	25名	100円	当日会場で
おり紙サークル (両日10時～)	簡単に折れて楽しい折 り紙を準備しています	なし	—	当日会場で
華道教室 (嵯峨御流)	おもてなしの心で、生け 花を楽しみましょう	各日15名	500円	中央公民館 ☎22-1315
刺しゅう教室	黒いキーカバーに小花 を刺しゅうします	各日10名	1,000円	当日会場で
パンの花クラフト	石ケン粘土で、カラーの 花とフルーツを作る	各日10名	800円	当日会場で
満帆俳画教室	季節の簡素な画に句・ 文言を添え創作する	なし	200円	当日会場で
3階 レセプションホール				
囲碁教室	囲碁の対局、解説	なし	—	当日会場で
ふれあい体操	日常使わない筋肉をほ ぐしてみませんか	なし	—	当日会場で
平成ヨーガ&足操 同好会	足裏マッサージの体験 (裸足になれるように)	なし	—	当日会場で

●● 4階 和室 ●●

茶席

“おもいやり”と“おもてなし”の心で、お茶をいただきます

15日:午前10時～午後3時 茶道教室(裏千家)

16日:午前10時～午後3時 茶道教室OB(表千家)

▷定員 各日100名

茶席券(200円)は、公民館で販売(当日は茶席で販売)します。

作品展示

15日:午前9時～午後4時
16日:午前9時～午後3時

●● 2階 展示ホール ●●

【定期講座】

華道教室、写真教室、日本画教室、美術教室、料理教室、男性料理教室、書道教室、布花教室

【自主グループ】

あみもの教室編夢、押し花創作クラブ、アメリカンDipフラワー、かな書道教室、文協合同俳句会、おり紙サークル、葉月句会、フォト・コスモス、ひょうび会、書道、布花教室、ひらめき倶楽部、川柳すその会、文協短歌教室、満帆俳画教室、パンの花クラフト、YAMATO水墨会、刺しゅう教室

●● 3階 レセプションホール ●●

【定期講座】

木彫教室、陶芸教室

【自主サークル】

陶芸クラブ、彫宝会

〔中央公民館 ☎22-1315〕

平成26年度

個人住民税の申告相談・受付

- **受付期間** 2月17日(月)～3月17日(月) ※土・日曜日は閉庁
- **受付時間** 午前8時30分～正午 午後1時～4時
- **受付場所** 市役所3階 東会議室

申告期間中は、混雑が予想されます。申告書には、自分で住所・名前・扶養親族の欄などを事前に記入するよう、ご協力をお願いします。

※市役所では、税務署から送付している「所得税の確定申告書」の受付はできません。税務署に提出してください。ただし、作成済みの申告書は預かり、税務署へ回送します。

個人住民税(市民税・県民税)の申告をしなけなければならない人

- ①平成26年1月1日現在、市内に住所があり、昨年1年間(平成25年1月1日～12月31日)に収入(所得)があった人で、税務署へ確定申告をしなくてもよい人
- ②給与所得者で、次のいずれかに該当する人
 - 勤務先等から給与支払報告書(受給者交付用の名称は源泉徴収票)が、市役所税務課に提出されていない人
 - 給与所得以外の所得金額が20万円以下で、確定申告の必要がない人

◎公的年金等の収入金額が400万円以下の人へ

平成23年分から公的年金等の収入金額が400万円以下(※)で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合には、所得税の確定申告は不要となりました。ただし、所得税が源泉徴収されている人のうち、確定申告をすることにより所得税が還付される人は、所得税の確定申告書を提出することができます。また、確定申告が必要ない場合でも、**各種保険料、生命保険料、医療費、障害者等の控除を受ける場合や、公的年金等に係る雑所得以外の所得がある場合には、市民税・県民税の申告が必要です。**

※複数の公的年金等を受給している人は、その収入金額の合計額となります。

◎前年中の収入がなかった人へ

申告書の提出義務はありませんが、申告書の提出がないことで児童手当・国民健康保険税の免除申請・就学援助・公営住宅等の各種申請ができない、市民税・県民税諸証明の交付を受けることができないなど、さまざまな支障をきたすことがあります。各種申請に必要だと思う場合は、前年中の収入がなかった人でも、申告書を提出してください。

◎期限内に申告をしないと、こんなときに困ります

申告は、市・県民税の税額を算出する基礎となり、行政サービスを受けるために必要な所得証明書・課税(非課税)証明書を交付する際の、重要な資料になります。期限内に申告書の提出がない場合、所得証明書・課税(非課税)証明書の即日交付ができない場合があります。

個人住民税の申告をしなくてもよい人

- ①税務署に所得税の確定申告書を提出した人
- ②収入が給与のみの人で、その支払者から大和高田市へ給与支払報告書が提出されている人
- ③収入が公的年金のみの人で、その支払者から大和高田市へ公的年金等支払報告書が提出されている人
- ④前年中の合計所得金額が住民税均等割非課税基準以下の人
- ⑤控除対象の配偶者または、親・子等の扶養親族

申告に必要な書類等

- 申告書
 - 印鑑(認印可)
 - 前年中の収入を明らかにするもの
給与所得者は、源泉徴収票・給与明細など
営業などの事業所得者・不動産所得者は、収入と経費がわかる帳簿など
- ※所得税の確定申告が必要な人は、税務署で申告をしてください。
- 生命保険(一般分、個人年金保険、介護医療保険)、地震保険、平成18年12月31日までに締結した長期損害保険の保険料払込証明書(平成25年中支払分)
 - 国民健康保険税、国民年金保険料などの領収書または納付金額のわかるもの(平成25年中支払分)
- ※国民年金保険料については日本年金機構から発行された証明書
- 医療費控除を受ける人は、医療費の領収書と保険金など補てんされた金額がわかるもの(平成25年中支払分)
- ※領収書の整理(集計)は、事前に済ませてください。
- 障害者控除を受けようとする人は、障がいの程度がわかるもの(障害者手帳等)
 - 介護保険法の要介護認定者が障害者控除の適用を受ける場合、「障害者控除対象者認定書」の添付が必要です。
- ※認定書は、介護保険課(内線572・573)で交付しています。

申告における注意事項

- ① 所得税の確定申告を税務署に提出した人は、個人住民税の申告書を提出する必要はありません。
- ② 申告受付期間(2月17日(月)～3月17日(月))の申告受付窓口は、市役所3階東会議室です。
- ③ 申告書(個人住民税申告書に限る)は、送付での受付もしています。ただし、押印もれ、記載内容に不明な点がある時、添付資料に不備がある時などは、当該申告書は受付できません。

◎送付での申告をおすすめします

2月から3月にかけて、申告会場は大変混み合います。申告書を記入した人は、送付での申告をおすすめします。申告書に住所・氏名・フリガナ・生年月日・電話番号・必要事項等(所得や控除など)の記入もれがないことを確認し、押印の上、源泉徴収票・控除証明書などの必要書類を同封して、送付してください。

※送付申告分については、記入した内容に関して電話で確認をすることがあります。あらかじめご了承ください。



出張申告受付・相談等の日程

市役所税務課では、次の日程で、申告期間前の受付等を行います。

とき	受付会場	主な対象区域
2月7日(金)	西坊城公民館	西坊城、出、秋吉
2月10日(月)	陵西公民館	野口、池田、市場
	築山公民館	築山、大谷
2月12日(水)	池尻公民館	池尻、藤森
	市立土庫公民館	松塚、東雲町、土庫
		土庫1・2・3丁目
2月13日(木)	根成柿公民館	根成柿、吉井、奥田
2月14日(金)	葛城コミュニティセンター	曾大根、曾大根1・2丁目
		南陽町、甘田町、蔵之宮町

※公民館等での出張申告受付・相談時間は、午前10時～午後3時までです。

※市民税・県民税申告書は、「申告書の手引き」を参照して、自分で作成してください。

※混雑が予想されますので、住所・名前・生年月日・扶養親族の欄は、事前に記入しておいてください。

※税務署から送付している「平成25年分所得税の確定申告書」は、自分で作成(自書申告)をしてください。市役所では、預かるだけで「受付」はできません。

〔税務課市民税係 内線254・259・269〕

葛城税務署

所得税・復興特別所得税・消費税・地方消費税の確定申告

平成25年分の申告

●所得税及び復興特別所得税

……………2月17日(月)～3月17日(月)

●消費税及び地方消費税……………3月31日(月)まで

※葛城税務署の申告会場は大変混雑します。混雑状況や相談内容によって、申告書の作成等に、時間がかかります。午後4時までに来てください。

平成25年分の納税

①振替納税でない人の納付期限

●所得税・復興特別所得税 ……3月17日(月)

●消費税・地方消費税 ……3月31日(月)

②振替納税の人の納付期限(振替期日)

●所得税・復興特別所得税 ……4月22日(火)

●消費税・地方消費税 ……4月24日(木)

※消費税率の引上げを含む消費税法の改正内容につ

いては、国税庁ホームページの「消費税法改正のお知らせ(社会保障と税の一体改革関係)」を見てください。

※残高不足等で振替納税ができなかった場合は、本来の納付期限の翌日から延滞税が計算されます。

※還付金の口座振込には、e-Tax利用の人は約3週間、それ以外の人は1か月半程度かかります。

【国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)の利用を】

所得税の申告は、自動計算で便利な国税庁ホームページの「確定申告等作成コーナー」をご利用ください。作成したデータは、「e-Tax(国税電子申告・納税システム)」を利用して提出できます。(<http://www.e-tax.nta.go.jp>)

〔葛城税務署 ☎22-2721〕

入札参加資格申請を受け付けます

水道資材納入業者

市内・市外業者の通常受付です。

▷受付期間 2月3日～28日(土・日・祝日を除く)

午前9時～正午、午後1時～4時

▷提出方法 申請書等を水道総務課へ持参

※申請書等は、市ホームページからダウンロードできます。

※送付による受付は、できません。

▷指名願有効期間

●市内業者 平成26、27、28年度

●市外業者 平成26、27、28年度

▷納入資材 量水器、水道専用補修材料、その他水道専用資材

〔水道総務課 ☎52-1367〕

※送付による受付は、できません。

▷指名願有効年度 平成26年度

▷納入物資 青果物、冷凍食品、加工水産物、塩干物、缶詰類、嗜好物、調味料、食用油、穀類、鶏卵、肉類

〔市立病院栄養管理科 ☎53-2901〕

学校給食物資納入業者

▷受付期間 2月10日～2月21日(土・日・祝日を除く)

午前9時～正午、午後1時～4時

▷提出方法 学校給食会(教育委員会内)へ持参

※申請書等は、教育総務課保健給食係にあります。

※送付による受付は、できません。

▷指名願有効年度 平成26年度

▷納入物資 青果物、冷凍・加工食品、塩干物、調味料、肉類

〔教育総務課 保健給食係 内線135〕

市立病院給食物資納入業者

▷受付期間 2月3日～28日(土・日・祝日を除く)

▷提出方法 申請書等を市立病院栄養管理科へ持参

※申請書等は、市立病院栄養管理課にあります。

平成26年4月1日から「大和高田市児童医療費助成制度」の対象者が拡大

現在、大和高田市では、市内在住の児童(小学生まで)の入院医療費の一部を助成しています。

平成26年4月1からは、対象者が、中学生までに拡大されます。

☆入院医療費助成金の請求方法

下記のものをもって、大和高田市役所 保険医療課医療係(⑨番窓口)で、申請してください。

<持ってくるもの>

- ①医療機関に支払った児童の入院医療費の領収書
- ②児童の健康保険証
- ③銀行等の通帳(入院医療費助成金を振込むため)
- ④印鑑(認め印)

領収書に記載された保険診療による入院医療費本人負担額から、下記の金額(定額の一部負担金)を差し引いた金額を助成します。

◎定額の一時負担金(自己負担となる額)

A. 1か月の入院日数が14日未満の場合 500円

B. 1か月の入院日数が14日以上の場合 1,000円

☆右記に該当するものは、助成対象になりません。

1. 入院食事療養費標準負担額
 2. 他の制度等で払い戻し額等がある場合は、その金額
 3. 健康保険の適用を受けない費用
 4. 交通事故等第三者の行為によって負傷した治療費
- ※『児童医療費受給資格証』は、交付しません。

※他の福祉医療費助成制度の適用を受けている人は、対象外です。

※入院医療費助成金の請求は、診療月から5年間有効です。

〔保険医療課 医療係 内線553、537〕

国民健康保険税の納税担当窓口が変わります

平成26年4月1日から、国民健康保険税の納税担当窓口が、収納対策室に変わります。

変更後の担当窓口

国民健康保険の資格・給付・賦課	保険医療課
国民健康保険税の徴収・収納	収納対策室

〔保険医療課 内線577〕

2月は、「水質改善強化月間」です

冬は、大和川の水質が、特に悪化します。大和川の汚濁原因の約8割は、私たちの家庭から出る生活排水です。きれいな川をとりもどすために、次のことにご協力ください。

- ・食事は食べる分量だけ作り、残らないようにしましょう。
- ・食器やフライパンなどの汚れは、ふき取ってから洗いましょう。
- ・食べ残しや残りクズを、直接流さないようにしましょう。
- ・浄化槽は定期的に点検し、適正に管理しましょう。



〔環境衛生課 内線281〕

※検診等に関するお問い合わせは、保健センター(☎23-6661)へ

2歳児親子歯科健診 妊婦歯科健診(Fコース)

歯科健診(親子・妊婦)・希望者(子のみ)に、フッ素塗布も行います。

▷とき 3月20日(休)

1グループ	午前9時～9時10分
2グループ	午前9時45分～9時55分
3グループ	午前10時30分～10時40分
妊婦	午前9時～9時20分

※各グループ、受付後1時間ほどで終了する予定。

▷ところ 保健センター

▷定員 各グループ10組

▷対象 平成23年8月～平成23年9月生まれ(2歳6か月～2歳7か月)の幼児と保護者・妊婦

▷持ち物 子どもが使っている歯ブラシ、タオル、エプロン、うがい用コップ、手鏡、母子手帳

▷費用 フッ素塗布は500円(免除要件は、保健事業案内をご覧ください)

▷内容 歯科診察(親子・妊婦)・歯磨き練習(子ども)・希望者はフッ素塗布(子どものみ)

▷申込方法 電話で保健センターへ。実施日の1か月前から受付(先着順)。

※家族の人が、申し込んでください。
※歯科診察・フッ素塗布を受ける人は、歯みがきをしてから来てください。

※妊婦歯科健診終了後、プレママ(妊婦)・プレパパ、祖父母、家族になる人向けに、ウェルカムベビー教室を実施しています。教室にも参加する人は、同時に申込みしてください。

※兄弟の託児はありません。

ウェルカムベビー教室A ～知って安心!私らしく出産～

【こんな人におすすめ】

初めて妊娠・出産を経験する人、友だちづくりをしたい人におすすめ

助産師・保健師・栄養士が、インターネットや本だけではわからない、コツや知って安心できる情報を伝え

ます。プレパパやご家族の、妊婦体験も好評です。

▷とき 3月20日(休)

▷受付時間 午前9時～9時20分(終了予定:正午)

▷ところ 保健センター

▷内容

「妊娠中のカラダとココロ」(歯科健診、安産になる食生活、その他)

「知ってナットク!赤ちゃんのヒミツ」

「プレパパ・ご家族応援講座」

▷対象 プレママ(妊婦)・プレパパ、祖父母、家族になる人

※託児はありません。

▷持ち物 母子健康手帳、筆記用具、動きやすい服装で。

※歯科健診があるので、歯みがきをしてきてください(歯科健診は、2歳児親子歯科健診と同時開催)。

▷申込方法 保健センターへ電話または窓口へ。

父と子クッキング 教室参加者募集

父と子で、楽しく料理を作ってみませんか。祖父と孫との参加もできます。

▷とき 2月22日(土) 午前10時～(受付:午前9時30分～9時45分)

▷ところ 葛城コミュニティセンター

▷対象 市内在住の保育所、幼稚園年長児、小学校1,2年生の子どもと父または祖父15組

▷持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル、お茶

▷講師 大和高田市食生活改善推進員

▷申込方法 2月19日(水)までに、保健センターへ電話または窓口へ。

※参加費、無料。

※定員になり次第、締め切り。

不活化ポリオ 追加接種を忘れずに!

平成24年9月から単独不活化ポリオワクチンの接種が開始されました。初回接種(3回)から、約1年の間隔をあけて追加接種(4回目)をする

ことで免疫が上がります。

平成24年8月末に不活化ポリオ予診票の個人通知をした際は、4回目接種のみが任意接種でした。平成24年11月から4回目も定期接種になりましたので、送付した予診票はそのままお使いください。

▷接種回数 4回(初回3回、追加1回)

▷望ましい接種間隔 初回接種として、20日～56日の間隔において、3回接種、追加接種として、初回接種終了後12か月～18か月あけて1回接種。

▷対象 生後3か月～7歳6か月未満

▷接種場所 市内委託医療機関

ご不明な点は、保健センターにお問い合わせください。

年長児は早めに 麻しん風しん混合(MR)

就学前の年長児は、定期接種の期限が3月末日までと、残りわずかです。2回の接種で、しっかり免疫をつけましょう。

▷対象

①1期 生後12か月～24か月未満

②2期 5歳以上7歳未満で、小学校入学前の1年間(平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれ)

▷接種場所 市内委託医療機関

▷持ち物

●母子健康手帳

●予診票(予防接種手帳)

※対象年齢で紛失した人や、転入してきた人で、予診票を持っていない場合は、連絡してください(紛失した人は連絡のうえ、窓口まで取りに来て下さい)。

▷接種期限 平成26年3月末日まで

★注意

※期間を過ぎると任意接種となり、全額自己負担です。また、健康被害が発生した場合は、国の補償はなく、医薬品医療機器総合機構法に基づく補償となります。

※注意事項をよく読んで、早めに体調のよいときに受けましょう。

過敏性腸症候群

職場などで緊張する場面、お腹が痛くなり、下痢や便秘となることはありませんか。それは現代社会のストレスによって増加している、過敏性腸症候群という病気かもしれません。

そもそも腸と脳には密接な関係があり、脳が不安やストレスを感じると、その信号が腸に伝わって影響が出るわけですが、過敏に伝わることで、腹痛や膨満感などの腹部症状や下痢、便秘等の便通異常

を引き起こします。

特徴としては、身体的には異常が無いこと、排便後には腹痛等の症状が軽くなることや、慢性的に繰り返していることなどが挙げられます。

診断には問診や血液検査、尿検査や便検査などの一般的な診察がまず必要です。最終的には注腸造影や大腸内視鏡などの大腸の検査で、大腸がんやクローン病や潰瘍性大腸炎など、他の身体的な病気を認めないことで診断されます。

治療には暴飲暴食を避け、食物繊維を多くとるなどの食生活の改善

や、多量の飲酒、喫煙を避けることなどの生活習慣の改善が大切です。また、必要時には薬の治療も行いますが、症状に応じた個別的な薬の選択が必要になる一方で、過敏性腸症候群の症状改善はゆっくりであることが多く、根気強く治療していくことが大切です。

特に、いつお腹が痛くなるかと心配して、交通機関も利用できない人は、きちんと診察を受けることをお勧めします。

〔奈良県医師会

☎0744-22-8502〕

春菊としめじのわさびしょうゆ漬け



《エネルギー 19kcal 塩分 0.6g》(1人分)

短時間でサッと作れ、あと一品のおたすけメニューにぴったりです。



食生活改善推進員 駒沢 英子さん

材 料 (4人分)

春菊	1束(200g)
しめじ	1パック(100g)
漬け汁	
〔昆布だし	1/4カップ
しょう油	大さじ1
練りわさび	小さじ1

作り方

- ① 春菊はさっとゆで、水にとり、水気を絞って4cmの長さに切る。
しめじは石づちを取り、小房に分ける。
- ② フライパンに油をひかず、しめじを少ししんなりするまでからいりする。
- ③ 漬け汁に①と②を加え、冷蔵庫で10分程度漬けこむ。

〔大和高田市食生活改善推進員協議会〕

地場産野菜で

簡単！
クッキング

国保

2月28日は国民健康保険税第8期分の納期限

国民健康保険税は、病気やケガをした時の医療費や出産育児一時金、葬祭費等の給付にあてられます。そのため、納め忘れがあると、国民健康保険事業の運営に支障をきたすことになります。

☆国民健康保険税を、災害その他、特別な事情がないのに滞納した場合、次のような措置が講じられます。

- ①滞納の期間が1年を経過した場合、被保険者証を返還してもらい、資格証明書を交付します。また、それ以外の場合でも、滞納の状況によっては、短期保険証を交付します。
- ②滞納の期間が1年6か月を経過した場合、保険給付費（療養費などの現金給付）を差し止めます。

納税には口座振替を

国民健康保険税の納税には、納め忘れの心配がない口座振替をご利用ください。申込手続は、市内金融機関または、保険医療課窓口まで。

納税相談に来てください

災害や失業・病気等、特別な理由で納期内の納税が困難な人や、課税内容等に疑問のある人は、保険医療課まで来てください。

税の申告と国民健康保険税

国民健康保険に加入している世帯には、7月に平成26年度の国民健康保険税納税通知書を送付します。その税額の算定基礎の一つとして、所

得割の加算項目があります。新年度の国民健康保険税は、申告する所得額に応じて算出されます。「前年中の所得がなかった」などの理由で申告をしないと、法定軽減が適用されず不利な課税となる場合があります。必ず、所得申告をしてください。

〔保険医療課 内線564〕

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分をもった低価格の薬です。ジェネリック医薬品を希望する人は、医師や薬剤師に相談してください。保険医療課窓口にも、ジェネリック医薬品希望カードを置いています。

〔保険医療課 内線579〕

市税

市税の納め忘れはありませんか

平成25年度「固定資産税・都市計画税・市県民税・軽自動車税」の納期限がすべて過ぎています。一度に納めることが困難な場合や、特別な事情で納付できない場合は、早めに収納対策室まで相談に来てください。

そのまま納付がなく、何も連絡がない場合は、差押えを前提とした財産の調査をすることになります。収め忘れの市税があれば、至急、納付してください。

昼間、仕事などで忙しい人は、市役所夜間窓口をご利用ください。

市税の納付について

市税は、皆さん自身が自主的に納期限までに納付する「自主納付」が基本です。

納付場所は、従来の金融機関に加え、全国のコンビニエンスストアでも納めることができます。

また、納期限までに納付できない場合や、納税相談等は、早めにご連絡ください。

納付は便利な口座振替で

▷申込方法 申込書・通帳・届出印を持って、金融機関の窓口へ。

▷振替日 各納期限月の月末（末日が休日・祝祭日の場合は翌営業日）

〔収納対策室 内線238〕

介護保険

「負担限度額認定証」の交付には、所得申告が必要です

「介護保険負担限度額認定証」の交付や、「介護保険高額介護サービス費」の支給を受けるには、課税対象外の年金（障害年金、遺族年金等）受給者や、所得のない人、または家族に扶養されている人も、所得の申告が必要です。

市役所税務課で、所得申告（2月17日～3月17日）をしてください。

障害者控除対象者認定

障害者手帳等を持っていない人でも、65歳以上の人で、寝たきりや認知症の状態が一定の基準に該当し、「身体障害者または知的障害者に準ずる」と認められる時は、所得税や住民税の障害者控除を受けることができます。

この場合、「障害者控除対象者認定書」が必要です。

本市で要介護認定を受けている65歳以上の人で、「障害者控除対象者認定書」の交付を受けようとする人は、介護保険課で申請してください。

また、すでに交付を受けている人も、毎年、この申請をしてください。

〔介護保険課 内線572〕

児童福祉

受給申請をお忘れなく

児童手当・児童扶養手当・特別児童扶養手当

すでに受給している人は、受給申請は不要です。ただし、受給している人でも、毎年の現況届出等が必要です。

◎児童手当

▷支給対象者 中学校卒業までの児童（15歳の誕生日後の最初の3月31日まで）を養育している人

▷手当月額（児童1人あたり）

●3歳未満 15,000円

●3歳以上小学校修了前 10,000円
（3子以降は15,000円）

●中学生 10,000円

※申請者の所得が所得制限限度額

■督促手数料の徴収

下記の市税等について、平成26年4月1日以降に督促状を発行した場合は、1通につき督促手数料100円が徴収します。詳しくは、各担当課まで。

	担当課	内線
国民健康保険税	保険医療課	564
市県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税	収納対策室	238
介護保険料	介護保険課	572
後期高齢者医療保険料	保険医療課	583

以上の場合、児童の年齢等に問わず、月額一律5,000円を支給。
※児童が生まれた時、受給者が引越した時、公務員でなくなった時などは、15日以内に届出をしてください。

◎児童扶養手当

▷支給対象者 父または母と生計を共にしていない家庭、または、父または母に一定の障がいがある家庭で、児童(18歳になった年度の3月31日までの間にある人)を養育している父または母、もしくは父母にかわって養育している人。

▷手当月額 所得制限により、次のいずれかの額になります(児童1人の場合)。

●41,140円(全部支給)

●9,710円～41,130円(一部支給)

※受給者、配偶者、扶養義務者などの収入が、限度額以上の場合、支給されません。受給者が公的年金を受けている、または、児童が児童福祉施設等に入所している場合は、申請できません。

◎特別児童扶養手当

▷支給対象者 20歳未満の、身体または精神に、重度または中度以上の障がいのある児童を家庭(児童施設等入所児童を除く)で養育している父母、または、父母にかわって児童を養育している人。

▷手当月額(児童1人あたり)

●1級 50,050円

●2級 33,330円

※受給者、配偶者、扶養義務者などの収入が、限度額以上の場合、支給されません。

※上記の3手当の要件に該当する人は、児童福祉課で申請してください。

い。原則、申請した翌月分からの支給となります(要件に該当していても、手続きが遅れると、申請月以前の手当は、支給されません)。

※必要書類等の詳細は、児童福祉課にお問い合わせください。窓口来庁の際は、本人確認できるもの(免許証、保険証等)を持ってくるください。

[児童福祉課 内線567]



水道

メーターの取り替え、検針にご協力を

水道料金算定のため、検針員が2か月毎にメーターを検針しています。また、検定期間満了までに、順次メーターの取替作業をしています。正しい検針、取替作業ができるように、ご協力をお願いします。

●メーターボックスの上に物を置かない

●メーターボックスの中は、いつもきれいに

●犬は放し飼いにせず、出入口やメーターボックスから離してつなぐ

●家の増改築等で、メーターボックスが床下や屋内に入らないようにする

水道管の冬じたく

気温が-3℃以下になると、水道管が凍結しやすくなります。水道管が凍結すると、水が出なくなり破裂する恐れもあります。家庭の水道管は、皆さんの財産です。早めに防寒の準備をし、寒さから守ってください。

〔上下水道部(水道部門)
代表電話番号 ☎ 52-1365
夜間・緊急時 ☎ 52-3901〕

※くれぐれも、かけ間違いのないようにお願いします。

ご利用ください

☆☆ 夜間窓口 ☆☆

昼間、納付が困難な人や納付・納税相談が必要な人は、ご利用ください。時間は午後5時15分～8時です。

● 固定資産税・都市計画税 市県民税、軽自動車税窓口

▷とき 2月27日(木)

▷ところ 市役所2階 収納対策室 ☎ 22-1108(夜間窓口専用)

● 国保税窓口

▷とき 2月27日(木)

▷ところ 市役所1階 保険医療課 ☎ 22-1105(夜間窓口専用)

● 水道料金窓口

▷とき 3月5日(水)

【次回予定4月9日(水)】

▷ところ 上下水道部料金係 ☎ 52-1366(夜間窓口専用)

※4か月(2回分)滞納すると、自動的に給水停止の対象者になります。

ねんきんQ&A

Q 私は、今月20歳になる学生です。年金の手続きが必要でしょうか。

A 学生や自営業などの人は、20歳になると国民年金に加入することになります。市役所の年金係で国民年金加入の届出をしてください。なお、学生で、年金保険料を納めることができない場合は、学生納付特例の申請をすることができます。申請をする人は、学生証と印鑑を持って来てください。この学生納付特例の対象となる期間は、3月までです。毎年申請してください。

[市民課年金係 内線 528・529]

クリーンセンター 土曜開場日

▷2月の開場日 8日、22日

▷時間 午前9時～午前10時30分まで(祝日と同じ)

▷業務内容 可燃、不燃(粗大ゴミ含む)の持ち込みゴミの受入れのみ

[クリーンセンター企画整備課

☎52-1600]

午後6時まで時間延長

市民課窓口業務

▷2月の実施日

2月6日・13日・20日・27日(木)

▷業務時間 午後6時まで

▷取扱発行業務

●住民票の写し

●住民票記載事項証明書

●印鑑登録証明書

●戸籍謄本・戸籍抄本

※発行業務のみです。転入・転出、印鑑登録・廃止などの業務は行いません。

[市民課 内線 526・527]

お知らせBOX

参加しませんか

■出前つどいの広場

- 親子であそび、子育てで交流しませんか
 ▷とき 2月19日(水)
 午後1時30分～2時30分
 ▷ところ 葛城コミュニティセンター
 ▷対象 市内在住の未就園児とその保護者
 ▷内容 おもちゃあそび、絵本の読み聞かせなど
 ▷申込方法 2月17日(月)までに、児童福祉課へ。
 [児童福祉課 内線585]

開催します

■さわやか生活教室

- | 月日 | ところ | 担当 |
|----------|-------------------|----------------|
| 2月20日(木) | 葛城コミュニティセンター(曾大根) | 天満在宅介護支援センター |
| 2月25日(火) | 市立土庫公民館(土庫) | ふれあい在宅介護支援センター |
- ▷時間 午後2時～4時
 ▷内容 転ばずに歩くための話、家でできる簡単な体操、体力測定
 ▷対象 市内在住の人
 ▷参加費 無料 ※申込不要
 ▷持ち物 体力測定記録用紙(持っている人)、お茶
 [地域包括支援課 内線558]

■文化財講座

ヤマトタカダ レトロロマン

- ▷とき 2月8日(土)
 午後2時～(受付:1時30分～)
 ▷ところ 葛城コミュニティセンター 小ホール
 ▷内容
 ・落語「時うどん」 西野肇(立命亭八楽)さん
 ・講演「近代化と建築について 奈良・大和高田から」 夢咲塾(公社)日本建築家協会 上嶋晴久さん
 [生涯学習課 ☎53-6264]

■天満診療所健康教室

- ▷講師 医師 梅本典江
 ▷とき 2月20日(木) 午後1時～2時
 ▷ところ 天満診療所
 ▷テーマ 「アレルギー」

- ▷講師 医師 梅本 典江
 [天満診療所 ☎52-5357]

お知らせ

■農業委員会委員選挙人名簿の縦覧

- ▷とき 2月23日(日)～3月9日(日)
 午前8時30分～午後5時
 ▷ところ 選挙管理委員会事務局(市役所3階)
 ▷選挙権のある人
 ●大和高田市農業委員会委員選挙の区域内に住所がある人
 ●平成6年4月1日まで(4月1日含む)に生まれた人
 ●(ア)10アール以上の農地を耕作している人
 (イ)アと同居している親族またはその配偶者で、年間60日以上、耕作に従事している人
 ※以上の要件を満たす人でも、1月10日までに、農業委員会へ申請書を提出していない人は、選挙人名簿に登録されません。
 [選挙管理委員会事務局 内線353]

■使用済みの食用油の回収

- ▷2月の回収日 2月24日(月)

午前9時15分～9時30分	陵西校区公民館
午前9時45分～10時	橘町集会場前
午前10時15分～10時30分	築山公園前
午前10時45分～11時	端町青少年会館(端コミュニティセンター)
午前11時15分～11時30分	曙町青少年会館(東部こども会館)
午前11時45分～正午	片塩幼稚園東側道路
午後1時15分～1時30分	総合体育館
午後1時45分～2時	大和ガス南側道路
午後2時30分～2時45分	市立菅原公民館
午後3時～3時15分	ネオンティ大和高田正面玄関前
午後3時30分～3時45分	葛城コミュニティセンター
午後4時～4時15分	春日町会館前

◎環境衛生課【市役所別棟1階】では毎日回収しています(土・日・祝日を除く)。
 ◎さざんかストリートの「生活雑貨ささおか」で回収しています。ご利用ください(月曜日を除く)。
 ◎油の入ったビンやカンは、リサイクルできないため、処理が困難です。

使用済み食用油は、固めずに、食用油の容器(ペットボトル容器)などに入れて持ってきてください。

[クリーンセンター ☎52-1600]

2月のし尿収集予定

日程は都合により、変更になることもありますので、ご了承ください。(地区名は、一部通称名を使用しています)

日曜	収集区域
3月	大谷、北角、敷島町、出、秋吉住宅、奥田県住
4火	敷島町、奥田、吉井、根成柿
5水	敷島町、根成柿、吉井、藤森、池尻、築山
6木	東中1・2丁目、春日町1・2丁目、根成柿、吉井、秋吉、旭北町、三和町、神楽、日之出西・東本町、有井
7金	東中、南本町、北片塩町、磯野、西坊城、出、東雲町、土庫住宅、有井、日之出町
8土	松塚、土庫1・2・3丁目、大東町、花園町
10月	大中南、大中北、磯野西、曙町、材木町、昭和町
12水	新田、岡崎、中町、池田、領家、出、勝目、田井
13木	北市場、野口、西代
14金	市場、有井、出屋敷
17月	西三倉堂1・2丁目、中三倉堂1・2丁目、西町、内本町、有井
18火	西三倉堂1・2丁目、中三倉堂1・2丁目、甘田町、曾大根、敷島町
19水	西三倉堂1・2丁目、中三倉堂1・2丁目、甘田町、曾大根
20木	曾大根、南陽町
21金	蔵之宮町、大中東、今里、旭北町、旭南町
24月	甘田町、蔵之宮町、栄町、北片塩町、東三倉堂町、旭北町
25火	築山、南今里町、中今里町、片塩町、磯野東町
26水	築山、永和町、磯野南町、内本町
27木	築山、本郷町、北本町、高砂町、永和町

- トラブルを避けるためにも、立会をお願いします。
- し尿くみ取りの妨げになるペット類・鉢植えなどは、作業場所・通路に置かないようお願いします。
- 転居の場合は、それまでの手数料を清算し、くみとり登録を廃止してください。そのままにすると、転居後に行ったくみ取り手数料が請求されます。また、世帯主などに変更があった場合も、届け出が必要です。
- 人員に異動のあるとき、浄化槽および下水道に切り替えたときも市役所環境衛生課までご連絡ください。
- 臨時くみとりは、作業日の調整が必要です。委託業者〈おおやまと環境整美事業協同組合☎52-2982〉〈大和清掃企業組合☎52-3372〉に直接申し込んでください。

参加しませんか

●韓国・朝鮮語を学ぼう!自己紹介編 大和高田 ^{ケグリ} ^{オリニ} ^{개구리 어린이} 会

「ケグリ」とは「蛙」、「オリニ」とは「子ども」という意味です。

▷とき 2月23日～3月30日 毎週日曜日 午後2時～3時(6回シリーズ)

▷ところ 大和高田ケグリ・オリニ会(花園町バス停すぐ)

▷内容 名前、年齢、趣味など、韓国・朝鮮語で自分のことを伝えられたら、どんなにステキでしょう。簡単な自己紹介を楽しく学びます。

▷対象 子どもから大人まで、どなたでも参加できます。

▷参加費 各回2,000円

▷持ち物 筆記用具

▷申込方法 1週間前までに、往復ハガキに名前、住所、FAXのある方はFAX番号を明記の上、申し込みください。電話での受付、返信はおこなっていません。

▷連絡先 キム・カンチャ(金康子)
〒635-0003 土庫726-2
☎52-0402

●マーマの里 つどいの広場 会員募集

保育所・幼稚園入園前に挨拶やトイレトレーニングなどを学び、育児への自信をつけましょう。その他にも、遠足などたくさんのイベントあり。

▷期間 4月～平成27年3月(年36回)

▷費用 月1,500円(教材費別)

※無料体験もできます。

▷内容

●オークタウン子育てステーション
(午前10時30分～11時30分)

クラス	曜日	対象
ベビークラス	月曜日	0歳
音楽サロン	水曜日	1歳
音感クラス	金曜日	2～3歳

●片塩 子育てステーション
(午前9時～10時)

クラス	曜日	対象
音楽サロン・音感クラス	金曜日	1～3歳

▷申込方法 3月15日(土)【必着】までに、往復ハガキに、住所、親子の名前、生年月日、電話番号、希望クラスを書いて、田丸かよ子(〒635-0065 東中2-13-23)へ。

●お助けマン募集・説明会

子育て支援、家事支援をする「お助けマン」を募集。

▷対象 運転免許のある人(性別・年齢は問いません)※資格を持つ人歓迎

◎説明会

▷とき 2月12日(水) 午前11時30分～12時30分

▷ところ オークタウン4階 子育てステーション
[NPO法人マーマの里
田丸 ☎22-1438]

●大和高田市タウンミーティング ～魅力ある大和高田に～

▷とき 2月28日(金) 午後7時～9時(受付:午後6時30分～)

▷ところ 経済会館3階大ホール(大中106-2)

▷内容 詳しくは、商工会議所青年部ホームページへ。

<http://www.yamatotakada-cci.or.jp/yeg/>

(事前に行うアンケートも、ダウンロードできます)

▷申込方法 電話で下記へ。

▷参加費 無料

[大和高田商工会議所青年部
事務局(担当 佐味) ☎22-2201]

●市ソフトボール連盟名誉会長杯記念大会

連盟加盟チーム以外のチームも参加できる、ソフトボールの大会。

▷とき 3月2日(日)、9日(日)、16日(日)
午前9時～

▷ところ 総合公園多目的広場

▷参加費 無料

◎抽選会

▷とき 2月15日(土) 午後7時30分～

▷ところ 総合体育館 1階会議室

◎個人選手、チームの募集

市内で勤務、在住している人で、ソフトボールに興味のある人、またはチームを募集。年齢別での参加も可。

▷対象年齢 15歳以上

男子チーム	女子チーム
一般チーム (15歳以上)	レディースチーム (15歳以上)
壮年チーム (40歳以上)	エルダーチーム (35歳以上)
実年チーム (50歳以上)	エルデストチーム (50歳以上)

※チームで加盟する場合は、上記の限りではありません。詳しくは、電話で下記まで。

[体協 ソフトボール部

奥野 ☎080-6224-0571]

●第16回高田オープンテニス大会

▷とき 3月2日(日) 午前8時30分集合※雨天の場合も、集合(予備日3月9日(日))

▷ところ 総合公園テニスコート
 ▷種目 男子ダブルス・女子ダブルス
 ▷対象 各24組 ※先着順
 ▷参加費 1人1,000円(当日徴収)
 ※体育協会員は500円
 ▷申込方法 ハガキに住所・名前・電話番号を書いて、2月14日(金)【必着】までに榎本務(〒635-0034 東三倉堂町13-6)へ。
 [体協テニス部 榎本
 ☎090-9050-2398]

開催します

●オストメイト個別相談会

▷とき・ところ
 ①2月18日(火) 午前9時～正午
 奈良県文化会館第1会議室
 (奈良市登大路町6-2)
 ②2月22日(土) 午前9時～正午
 奈良県社会福祉総合センター
 (橿原市大久保町320-11)
 ▷対象 県内在住のオストメイト(人工肛門、人工膀胱)の人
 ▷相談料 無料 ※申込不要
 ▷相談対応者 専門看護師、支部役員
 [日本オストミー協会奈良県支部
 三田村 ☎0742-49-1839]

●不動産無料相談会

▷とき 2月15日(土)
 午前10時～午後4時
 ▷ところ 香芝市ふたかみ文化センター(香芝市藤山1-17-17)
 ▷相談内容 土地有効活用、贈与と相続、売買・賃貸など不動産についての問題
 ▷申込方法 電話でNPO法人奈良県不動産コンサルティング協会へ。

[NPO法人奈良県不動産コンサルティング協会 ☎0742-41-7443]

●第12回 高田夢まちシアター

斑鳩町が舞台。最愛の妻を亡くした独居老人の日常を描いた「加奈子のこと」の上映会。

▷とき 2月15日(土)
 午後7時～映画監督あいさつ
 午後7時20分～上映
 ▷ところ 専立寺本堂(内本町10-19)
 ▷定員 100名(自由席)
 ▷参加費 無料
 [夢咲塾事務局 ☎53-6059
 専立寺 ☎52-5180]

●日本司法書士会連合会 市民公開シンポジウム

「あなたにとって『家族』ってなんですか？」

▷とき 3月1日(土) 午後1時～4時
 ▷ところ 奈良県新公会堂 能楽ホール(奈良市春日野町101番地)
 ▷内容 中部大学教授 武田邦彦氏講演会、ひまわり児童合唱団による合唱
 ロザン(よしもとクリエイティブ・エージェンシー)のトークショー・クイズ大会
 ▷入場料 無料
 ▷定員 500名
 ※申込者多数の場合は、抽選
 ▷申込方法 2月14日(金)までに、ハガキ(〒630-8325奈良市西木辻町320番地の5 奈良県司法書士会 市民シンポ受付係)、FAX(☎0742-22-6678)、メール(sympo@narashihou.jp※タイトルに「市民シンポ参加申込み」と記載)に、代表

者の住所、名前、電話番号、同行者の人数と名前(10名まで)を書いて申し込む。

※FAX用紙は、ホームページや、各所に配布するチラシの裏面にもあります。

[奈良県司法書士会事務局
 ☎0742-22-6677]

お知らせ

●自動車の検査・登録は、お早めに

毎年3月末は、決算期や自動車税の賦課期日の終期で、自動車の検査・登録の各種申請が集中し、待ち時間が長くなります。早期の申請をお願いします。

手続き案内は、ヘルプデスク☎050-5540-2063(音声またはFAXサービス)。

[近畿運輸局奈良運輸支局]

お詫び

本誌1月号に掲載した「まちの話題」のpara-アーチェリー世界大会出場者の名前に、誤りがありました。正しくは、「仲喜嗣さん」です。訂正してお詫びします。

児童虐待？迷わずに連絡を！

- 市児童福祉課(家庭児童相談室)
☎23-1195
- 県中央こども家庭相談センター
☎0742-26-3788
- 県高田こども家庭相談センター
☎22-6079

大和高田市役所
TEL.22-1101 FAX.52-2801

市立中央公民館	TEL.22-1315 FAX22-1316
市立土庫公民館	TEL.23-3560
市立菅原公民館	TEL.23-3561
市立陵西公民館	TEL.23-3562
さざんかホール	TEL.53-8200 FAX.53-8201
図書館	TEL.52-3424 FAX52-9415
水道部門	TEL.52-1365 FAX23-3850
総合福祉会館	TEL.23-0789 FAX24-2730
社会福祉協議会	TEL.23-5426 FAX23-2298
クリーンセンター	
企画整備課	TEL.52-1600 FAX52-1685
美化推進課	TEL.53-5383
保健センター	TEL.23-6661 FAX23-6660
市立病院	TEL.53-2901 FAX53-2908
青少年課	TEL.23-1322 FAX23-2344
生涯学習課	TEL.53-6264 FAX53-6364
鶴城コミュニティセンター	TEL.23-8001 FAX23-8001
総合体育館	TEL.22-8862 FAX22-8863
総合公園	TEL.52-4700 FAX52-4701
さくら荘	TEL.23-4126 FAX23-8535
下水道課	TEL.52-1258 FAX52-1295
高田消防署	TEL.25-0119 FAX22-4565
高田警察署	TEL.22-0110 FAX22-2292
JR 西日本	TEL.0570-00-2486
近鉄大和高田駅	TEL.52-2414
近鉄高田市駅	TEL.53-2531

大和高田市
市民憲章

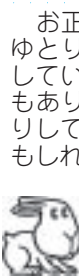
- 一、おたがいに、人権を尊重し、働くよろこびをもちましよう。
- 一、スポーツに親しみ、健康をかちとりましよう。
- 一、老人に生きがいを、こどもに夢と希望をあたえましよう。
- 一、教養をふかめ、文化をたかめましよう。
- 一、自然をまもり、平和なくらしをきずきましよう。

- ◆消費生活相談（要予約） 毎週月・火・木・金曜日 午前10時～正午 午後1時～4時 消費生活センター（☎22-1101）
- ◆人権相談・行政相談 毎月第4火曜日 午後1時～4時 於：総合福祉会館 広報広聴係（☎22-1101）
- ◆中小企業金融相談・中小企業経営相談 随時 産業振興課（☎22-1101）
- ◆母子相談 月・水・金曜日 午前8時30分～午後5時15分 児童福祉係（☎22-1101）
- ◆心配ごと相談 第2・4金曜日 午後1時～4時 社会福祉協議会（☎23-2298）
- ◆法律相談（要予約） 毎月第2・3火曜日 午後1時～4時 社会福祉協議会（☎23-5426）
- ◆司法書士の法律相談（要予約） 毎週月曜日 午後1時～4時 社会福祉協議会（☎23-5426）
- ◆生活相談 毎月第2・3・4水曜日 午後1時～4時 ※事前にお問い合わせください。社会福祉協議会（☎23-5426）
- ◆成人健康・栄養相談（要予約） 毎月1回、所定の日 午前9時～10時 保健センター（☎23-6661）
- ◆子育てホットライン・健康ホットライン 毎日 午前9時～正午 午後1時～5時（土・日・祝日・年末年始を除く） 保健センター（☎23-6661）
- ◆教育ガイダンス 毎週月～金曜日 午前10時～午後5時 青少年センター（☎23-1322）
- ◆家庭児童相談 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 家庭児童相談室（☎23-1195）
- ◆女性相談（要予約） 第1火曜日・第3金曜日 午前9時15分～午後0時5分 人権施策課（☎22-1101）
- ◆住まいづくり相談（第1水曜～第2水曜の間に予約：定員4名） 第3水曜日 午後1時～4時10分 建築住宅課（☎22-1101）
- ◆税理士による税務相談 2月・3月を除く毎月第3金曜日 午後1時～4時 於：総合福祉会館 近畿税理士会葛城支部（☎22-5288）

編集後記



寒い季節が続きます。小学生のころ、この時期になると、体育の授業でマラソンの練習をよくしていたものです。寒空の下、半ズボンで運動場を走りまわると、よく寒さに耐えていたなと驚きます。今ではこの季節、ズボン下にはパッチが欠かせません。



お正月休み、買い物客で込み合う街中ですが、どの表情にもゆとりが感じられ、ホッとします。リズモ市役所とやり取りしていると、「私は、〇日まで休暇です」ということが、年に何度もあります。やきもきしてしまう私とは反対に、いつもゆったりしている彼らたち。違うことをたくさん感じるのが、国際交流なのかもしれません。

春の七草（セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロ）を入れて炊いた粥が七草粥です。祖母が毎年作ってくれるのが楽しみでした。最近、全部まとめたものが、スーパーなどで簡単に手に入るようになりましたね。



ここ 何処？のこたえ

写真は、昭和39年ごろです。高田橋から北を向いています。川沿いの桜の木が、大きく成長しています。今年も、桜の開花が楽しみです。





大和高田

さざんかホール

イベントインフォメーション

EVENT INFORMATION

2014

2

3.15

(土)

3.16

(日)

大和高田市民劇団さざんか 第26回本公演

作/井上ひさし 演出/熊本一(劇団大阪)

キネマの天地



前回ファミリー劇場「さざんか村の3匹の子ぶたたち」より

ファミリー劇場とは一変し、今回の本公演では井上ひさしの戯曲でシリアスな劇に挑戦します。

～あらすじ～

ときは昭和10年、日本映画の輝ける時代に一人の看板女優が亡くなった。亡き女優の夫でもある監督が四大スターの女優達を呼び出し、犯人糾明のための架空芝居を企てた。何も知らない4人の女優達の舞台稽古が始まるのだが...

13:30 開場 14:00 開演 小ホール【自由席】
大人 ¥1,000 学生(大学生以下) ¥500
未就学児 無料

※託児保育がございません。(無料・予約制 3/7 締切)

チケット
取扱ホール
ローソン(Lコード 54446)

3.21

(祝・金)

古楽の音楽会

中野振一郎 レクチャーコンサートシリーズ(全3回)

【第3回】二人のアントワネット
～チェンバロの爛熟と終焉～

全3回のシリーズでお届けするレクチャーコンサートの最終回。二人のアントワネット(ボンパドゥール夫人、マリー・アントワネット)の時代の音楽を演奏し、フランスにおいて発展を遂げたチェンバロについて、お話を交えながらお届けします。

14:30開場 15:00開演
小ホール【全席指定】
一般 ¥2,000(当日は¥500増)
友の会会員(1会員4枚まで) ¥1,800※小学生よりご入場いただけます。
※託児保育がございません。
(無料・予約制 3/14 締切)

- ♪優しい訴え / J.Ph. ラモー
- ♪神秘のパリケード / F. クーブラン
- ♪マルゼルブ / C.B. バルバトル
- ♪組曲 第1番 / A. フォルクレ
- ♪マルセイエーズ行進曲 / C.B. バルバトル

ほか

チケット
取扱ホール
ローソン(Lコード 57026)

2.23

(日)

及川浩治ピアノリサイタル

不滅のベートーヴェン 5大ピアノソナタ
+「エリーゼのために」

情熱のピアニスト及川浩治が、今年は自ら「神」と尊敬するオールベートーヴェンプログラムによるリサイタル。プロの演奏ではなかなか聞くことができない名曲も加わり、渾身の演奏でベートーヴェンの魅力をお届けします。

14:30開場 15:00開演
大ホール【全席指定】
一般 ¥2,000
高校生以下 ¥1,500(当日は各500円増)
友の会会員(1会員4枚まで) ¥1,800※小学生よりご入場いただけます。
※託児保育がございません。
(無料・予約制 2/14 締切)♪ベートーヴェン/悲愴、月光、テンペスト、
ワルトシュタイン、熱情、エリーゼのためにチケット
取扱ホール
ローソン(Lコード 52679)

2.22

(土)

及川浩治によるピアノ公開レッスン開催

ピアニスト・及川浩治が直接指導する公開レッスンを開催します。
レッスンの模様をご覧ください。受講生の募集については締切りました。13:30開場 14:00開演 大ホール【自由席】
聴講料:1,500円(翌日リサイタルチケット購入者は無料) ※要事前申込

チケットのお求めは

- 大和高田さざんかホール
チケット販売時間 9:00～17:00 ☎0745(53)8200
休館日…毎週月曜・第4火曜(その日が休日の場合は翌日以後の平日)
- ローソンチケット チケット予約 ☎0570(084)005
(ローソン各店) (24時間対応)
お問い合わせ ☎0570(000)777

※2/23、3/15、3/16、3/21の公演は託児保育を行います。(無料・予約制。公演日の1週間前までにお申し込み下さい。)

※一般発売開始日のホールでの窓口販売は9:00～、電話予約は14:00～です。

※友の会会員割引は前売りのみです。

※都合により日程、出演者および内容の一部を変更することがありますので、ご了承ください。

大和高田さざんかホール 催し物ご案内

※2014年1月10日現在の内容です。なお、掲載申し込みのあったものを掲載しています。
休館日のお知らせ:2/3(月)・10(月)・17(月)・24(月)・25(火)・3/3(月)

日/曜日	催し物名	ホール	開演	入場方法	お問い合わせ先
2/1(土)～5(水)	第12回 大和高田八景作品展(2月3日は休館日です)	展示	10:00	無料	大和高田市文化振興課(さざんかホール内) 53-8200
2(日)	女と男(ひととひと)ハートアップフォーラム ～ヒートハートたかだ設立10周年記念～	小	14:00	無料	大和高田市人権施策課 0745-22-1101(内線287)
7(金)	磐園小学校 校内音楽会	大	9:05	無料、関係者のみ	大和高田市立磐園小学校 0745-22-0551
11(火)	第2回奈良リコーダーフェスティバル	小	14:00	無料	奈良リコーダー教育研究会 0745-22-3862 (20:00～21:00)
15(土)～16(日)	中央公民館活動学習成果発表会	小、レセ 展示	9:00	無料	大和高田市中央公民館 0745-22-1315
16(日)	ピアノ・エレクトーン合同発表会	大	10:10	無料	三木楽器 奈良支部 0745-53-0336
3/1(土)	右記の貸館受付開始	ミーティ ング ルーム	9:00	●大ホール・レセプションホール・展示ホール<平成27年3月分> ●小ホール<平成26年9月分> ●リハーサル室・会議室・和室<平成26年6月分>	
1(土)	第63回卒園記念お遊戯会	大	13:00	無料、関係者のみ	つぼみ保育園 0745-52-2781
1(土)～2(日)	千風末生流いけばな展	展示	10:00	無料	嶋越美和甫 0745-52-2495
6(木)～9(日)	第20回「誰でも出せて、誰でも出せない書展 ―古典臨書展―」	展示	10:00	無料	古典臨書研究会代表 米田英石 0745-62-4055

※レセ=レセプションホールの略です。