



お知らせ版



## INDEX

- 年末年始の業務案内…………… **1**~**2**
- 農産物直売所 他…………… **3**
- クリスマスミュージックフェスティバル 他… **4**
- ヘルシーライフ…………… **5**~**6**
- くらしの案内…………… **7**~**8**
- お知らせBOX …………… **9**~**10**
- 情報アンテナ…………… **11**

## 街かどズーム



### こども手術体験

10月19日(土)大和高田市立病院で「健康いきいきフェスタ2019」が行われました。

このイベントでは、子どもたちが病院を探検していく「病院探検隊」が行われており、その中で手術体験がありました。

鶏肉を本番さながらに電気メスで切る体験を行い、みんな真剣に取り組んでいました。

その様子は、本物のお医者さんのようでした。

これをきっかけにお医者さんをめざす子がいるかもしれませんね。

〔令和元年10月19日撮影：大和高田市立病院〕





# 年 末 年 始

## 市の公共施設など

市役所 ☎22-1101	12月28日(土)～1月5日(日) 閉庁
水道部門 <sup>※1</sup> ☎52-1365	12月28日(土)～1月5日(日) 閉庁
斎場 <sup>※2</sup> ☎25-1574	1月 1日(水)～ 2日(木) 休館
さざんかホール ☎53-8200	12月28日(土)～1月4日(土) 休館
図書館 <sup>※3</sup> ☎52-3424	12月29日(日)～1月4日(土) 休館
中央公民館 ☎22-1315	12月26日(木)～1月6日(月) 休館
葛城コミュニティセンター ☎23-8001	12月26日(木)～1月6日(月) 休館
総合体育館・武道館 ☎22-8862	12月25日(水)～1月5日(日) 休館
総合公園 ☎52-4700	12月27日(金)～1月3日(金) 休館
総合福祉会館 ☎23-0789	12月29日(日)～1月3日(金) 休館
さくら荘 ☎23-4126	12月29日(日)～1月3日(金) 休館
きぼう号 ☎22-1101 (自治振興課)	12月30日(月)～1月3日(金) 運休
サイクルポート	12月31日(火)～1月3日(金) 休み
高架下自転車保管所 ☎25-0103	12月28日(土)～1月5日(日) 休み
市民交流センター <sup>※4</sup> ☎44-3210	12月30日(月)～1月3日(金) 休館

◎保健センター・青少年センター・社会福祉協議会・生涯学習課・下水道課の業務日程は、市役所と同じです。

◎JR高田駅西側駐車場は、年中無休です。(☎25-0400)

※1 水道部門

- 当直者への連絡は、(☎52-1365)、夜間・緊急時は、(☎52-3901)です。

※2 斎場

- 12月31日(火)は、午後3時まで利用できます。
- 1月2日(木)は休館日ですが、受付はできます。

※3 図書館 休館期間中の本の返却は、図書館入口左側の返却ポストにお願いします。ただし、視聴覚資料は、開館時にカウンターへ直接返却してください。

※4 市民交流センター

- 中南和県税事務所高田窓口センター、中和保健所高田出張所、消費生活センター中南和相談所は、12月28日(土)～1月5日(日)が休みです。

- 親と子のすこやか広場、託児室、高齢者いきいき相談室の業務日程は、市民交流センターと同じです。

### ■ 戸籍の届出 ■

「出生届は14日以内、死亡届は7日以内」と定められています。届出期限が12月28日(土)～1月5日(日)にかかる場合は、1月6日(月)まで延長できます。

[市民課 内線522]

## 医療機関

市立病院 ☎ 53-2901	12月28日(土)～1月5日(日) 休診
-------------------	----------------------

天満診療所 ☎ 52-5357	12月28日(土)～1月5日(日) 休診
--------------------	----------------------

### ■ 葛城地区休日診療所業務案内 ■

◎診察日 12月29日(日)～1月3日(金)

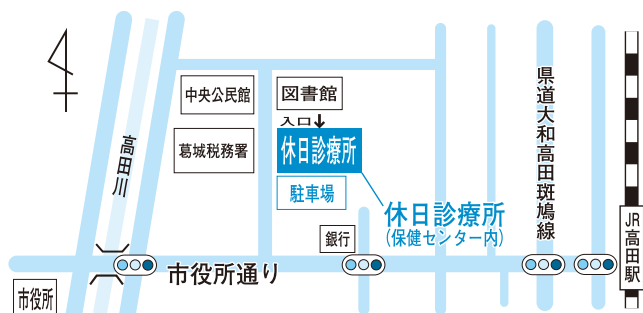
◎受付

- 午前8時30分～11時30分 (診察は午前9時から)
- 午後1時～3時30分 (診察は午後1時から)
- 午後5時30分～8時30分 (診察は午後6時から)

◎診療科目 内科、小児科、歯科

(歯科のみ受付は、午後3時30分まで)

[葛城地区休日診療所 ☎22-7003]



# の 業 務 案 内



## ごみ収集・搬入

クリーンセンター（収集：☎ 53-5383 搬入：☎ 52-1600）

	12月							1月
	25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)	6日(月)
月・木曜日に燃えるごみを収集している地区		燃・紙			燃			燃
火・金曜日に燃えるごみを収集している地区	ペット ボトル		燃・紙			燃		
カン・ビン収集地区番号		③	④					⑤
クリーンセンターへのごみ搬入の受付時間	午前9時30分～11時30分 午後1時～4時30分			午前9時 ～ 10時30分	午前9時30分～ 11時30分 午後1時～4時		休	※

注：29・30日は最終午後4時までですので、注意してください。

※年始は、1月6日(月)から、通常どおりごみの収集・搬入の受付を行います(午前9時30分～11時30分、午後1時～4時30分)。

【お願い】●ごみ搬入時、**運転免許証などで住所を確認します。**

- ごみは、必ず午前7時30分までに出してください。
- ごみコンテナを設置している集合住宅は、別途収集日をお知らせします。

## 粗大ごみの申し込みは12月13日(金)までに

電話予約による粗大ごみ収集は、**12月13日(金)までに申し込みのあった分を、年内に収集します。**

▷申込先 **クリーンセンター美化推進課 ☎53-5383**

▷受付時間 午前9時～午後3時30分

※年始の電話予約受付は、1月6日(月)からです。

## ■ 年末のごみ搬入はお早めに ■

年末には、たくさんの買い物や大掃除で、多くのごみが出ます。年末にまとめてクリーンセンターに搬入すると、構内は大変混雑します。また、搬入されるごみの計量と料金徴収の作業に時間がかかり、構内は一層混雑してしまいます。構内には待機場所がないため、一般道路上で待つ自

動車で渋滞が発生し、交通事故の原因にもなります。特に12月29日(日)、30日(月)は大変な混雑が予想されます。年末に集中しないよう、12月の早い時期、または、年始に分散して搬入をお願いいたします。

年始は、1月6日(月)から通常どおりの業務を行います。

## ■ 分別してから搬入を ■

クリーンセンター構内は、ごみの種類によって、降ろす場所が異なります。年内にどうしても持ち込まなければならない場合は、「燃えるごみ」「粗大ごみ」「カン・ビン」「せともの」など、あらかじめ種類別に分別して、搬入してください。※ごみとして廃棄する前に、リデュース(ごみを出さない)、リユース(再利用する)、リサイクル(資源にする)の3Rに取り組み、「エコライフ」へのご協力をお願いします。

## 救 急

子ども(15歳未満)の急な病気に対応に迷ったら  
《こども救急電話相談》

**# 8000** (プッシュ回線・携帯電話)

または☎ **0742-20-8119** (IP電話・ダイヤル回線)

◎相談日時

- 平日 午後6時～翌日 午前8時
- 土曜日 午後1時～翌日 午前8時
- 日曜・祝日・年末年始(12月29日(日)～1月3日(金))  
午前8時～翌日 午前8時

[県地域医療連携課]

急な病気やケガに対応に迷ったら

《奈良県救急安心センター相談ダイヤル》※24時間受付

**# 7119** (プッシュ回線・携帯電話)

または☎ **0744-20-0119** (IP電話・ダイヤル回線)

[県地域医療連携課]

夜間の小児応急診療

《橿原市休日夜間応急診療所》☎ 0744-22-9683

◎診療時間 午前0時～6時(受付は診療開始・終了の30分前です)

◎ところ 橿原市保健福祉センター北館1階(橿原市畝傍町9-1)

◎持ち物 健康保険証、資格証(ある人)、現金

## 農産物直売所

市内3か所の農産物直売所では年末年始用に、もち米、白菜、しゅんぎく、みずな、ゆず、黒豆、金時にんじん、大根、里芋、しろな、ほうれん草、ねぎ、小松菜などをとりそろえています。

### ◎年末・年始の営業日

ときめき・たかだ (浮孔駅前)	12月28日(土)、令和2年1月11日(土) 午前9時～11時30分
ときめき・たかだ (高田温泉さくら荘)	12月27日(金)、令和2年1月10日(金) 午前9時～午後0時30分
片塩楽市	年末は12月29日(日)まで、年始は令和2年1月6日(月)から 午前9時～午後1時

※ときめき・たかだでは、浮孔駅前とさくら荘の2か所で年始の営業日に花の苗を贈呈します(先着100名ずつ)。

〔産業振興課 内線267〕

## おとなのピアノ教室

▷とき 令和2年1月9日・16日・23日・30日、2月6日・13日・20日・27日、3月5日・12日(全10回)  
いずれも木曜日 午後1時～2時

▷ところ 葛城コミュニティセンター

▷対象 ピアノ未経験者、または初級程度の成人

▷定員 10名 ※申込多数の場合、抽選

▷受講料 2,000円

※他に、会費5,000円(1期間、3か月分)とテキスト代約1,000円が必要

▷講師 榎根香津子さん

▷申込方法 12月17日(火)【必着】までに、往復はがきに「おとなのピアノ教室」、郵便番号、住所、名前、電話番号を書いて、葛城コミュニティセンター(〒635-0054 曾大根783-1)へ。

〔葛城コミュニティセンター ☎23-8001〕

## 楽しいみんぞくの学習と交流 みんぞくの広場～未来～22周年 《冬の集い》

▷とき 12月20日(金) 午後2時～4時(受付:午後1時30分から)

▷ところ さざんかホール 3階レセプションホール

▷内容 みんぞくスポーツカルタ大会

▷民族講師 김 강 자(キム・カンヂャ)さん、趙信(チョウシン)さん、MYLA NISHIKAWA (ニシカワ マイラ)さん

▷対象 市内在住または在学中、外国にルーツをもつ幼児・児童・生徒

※保護者も参加できます。

▷申込方法 12月13日(金)までに、市立幼稚園・こども園、小・中学校、市立中央公民館、さざんかホール、葛城コミュニティセンター、市民交流センター(コスモスプラザ)、市立図書館、青少年会館、市学校教育課、市人権施策課にある申込用紙か、市ホームページ「イベント情報」からダウンロードした申込用紙に必要事項を書いて、各園・学校または市役所2階学校教育課(〒635-8511 大字大中100-1)へ郵送、または持参してください。※土・日・祝日は除く。

〔学校教育課 内線155〕

## 葛城コミュニティセンター 受講生募集

### ◎生け花講座(花材:万年青)

▷とき 12月22日(日)

①午後1時30分～4時 初受講の人(定員10名)

②午後2時30分～4時 再受講の人(定員10名)

③午後7時～9時 (定員5名)

▷持ち物 花ばさみ、剣山(11cm×8cm程度)

※剣山を持っていない人は、申込時に知らせてください。

▷受講料 200円 ※別途、材料費2,000円

### ◎生け花講座(花材:若松)

▷とき 12月24日(火) 午後1時30分～4時(定員10名)

▷持ち物 花ばさみ、寸度、軍手、エプロン

▷受講料 200円 ※別途、材料費2,000円

▷ところ いずれも葛城コミュニティセンター

▷申込方法 12月12日(休)【必着】までに、往復はがきに、希望の講座名(万年青または若松)、時間帯、郵便番号、住所、名前、電話番号を書いて、葛城コミュニティセンター(〒635-0054 曾大根783-1)へ。

※申込多数の場合、抽選

〔葛城コミュニティセンター ☎23-8001〕

## 歴史を学び、郷土愛をはぐくむ 大和高田歴史文化セミナー 受講生募集

とき	講師(敬称略)	テーマ
12月7日(土)	天誅組研究家 舟久保 藍	『老農 中村 直三』
令和2年 1月18日(土)	古典臨書研究会 米田 英石	『書とは何か・書の学び方』
令和2年 2月23日(日)	元龍谷大学文学部歴史 学科教授 平林 章仁	『葛城の一言主の神と 関連氏族』

▷時間 午前10時～正午

▷ところ 中央公民館 1階視聴覚室(第1・2回)  
さざんかホール 3階小ホール(第3回)

▷受講料 1回200円

▷定員 各70名 ※当日受付

〔文化振興課 ☎53-8200〕

「まち部。」Presents

# クリスマスミュージックフェスティバル with すき焼きパーティー 2019



高田を音楽が身近に感じられるまちにしたいという想いから始まった「まちに音楽をプロジェクト」。

市内の学校や卒業生が音楽を奏で、様々な地域からかけつけた演奏家やパフォーマーがライブ、コンサートを行います。また、高田商業高校のすき焼きパーティーも同時に開催します。

▷日程 12月21日(出)

▷スケジュール

時間	内容	場所
午前10時～正午	高田小学校合唱クラブ、高田高校音楽部、高田商業高校アカペラ部、クリスマスコンサート	市民交流センター 2階交流スペース
午前10時～正午	家族ふれあい教室 「聴いて歌って♪クリスマスソング」	市民交流センター 4階多目的室
午後1時～4時30分	高田商業高校吹奏楽部 奈良文化高校吹奏楽部 高田高校吹奏楽部 片塩中学校吹奏楽部 しおかぜウィンズ ウィンドコンサート	市民交流センター 2階交流スペース
午前10時～午後7時	ユウガタLIVEスペシャルコンサート	市民交流センター 1階芝生広場
午前11時～午後1時 午後4時～6時	高田商業高校名物すき焼きの振る舞い	市民交流センター 2階交流スペース 他

★すき焼きの振る舞いは調理状況により時間が前後します。なお、すき焼きは地域の人の寄付で開催するので、なくなり次第終了になります。

★当日は商工会議所青年部による模擬店とイルミネーションの点灯(午後4時から9時)を開催します。

★りっぴキッチン永和町(永和町4-22)でもアコースティックコンサートを含む子ども食堂の開催を予定しています。

※スケジュールや、出演者の詳細は随時市民交流センターホームページまたはFacebookを見てください。

〔市民協働推進課 ☎44-3210〕

## 新春健康演芸会

▷とき 令和2年1月17日(金) 午前10時30分～午後1時

▷ところ 東部人権文化センター(曙町3-21)

▷内容 高齢者の健康についての話、手品・落語

▷対象 60歳以上の人

▷定員 約50名 ※定員になり次第、締め切り

▷申込方法 令和2年1月6日(月)以降に電話で下記へ。

※費用無料。簡単な昼食を用意します。

〔東部人権文化センター ☎52-0495〕

「プロスポーツトレーナー」や「元プロスポーツ選手」を招き

## 特別スポーツ教室を開催します

▷とき 12月14日(出) 午前10時～午後3時

▷ところ 総合体育館

▷対象 市内在住の小学生 ※午後からは一般の人でも参加できます。

▷持ち物 動きやすい服装で、体育館シューズを持ってきてください。

▷内容 午前:野球指導 午後:体幹トレーニング

詳しくは右記まで問い合わせしてください。



※参加費無料、申込不要、雨天決行

※各自昼食を持ってきてください。

※駐車場はありません。ご了承ください。

〔体育振興課 ☎22-8862〕



## 2歳児親子歯科健診 妊婦歯科健診

歯科健診(親子・妊婦)・希望者(子どものみ)にフッ素塗布も行います。

▷**とき** 令和2年1月9日(木)

グループ	受付時間
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です。

▷**ところ** 保健センター

▷**定員** 各グループ10組

▷**対象** 平成29年4月～7月生まれ(2歳6か月～2歳9か月)の幼児と保護者・妊婦

▷**持ち物** 子どもが使用している歯ブラシ、タオル、エプロン、うがい用コップ、手鏡、母子健康手帳・健診票(申込後、送付)

▷**費用** 無料。フッ素塗布は500円(生活保護・非課税世帯は免除あり。受付で伝えてください)

▷**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** 実施日の1週間前までに電話で保健センターへ。(土・日・祝日除く、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、歯みがきをしてきてください。

※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Aを実施しています。教室にも参加する人は、同時に申し込んでください。

※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～

初めての妊娠・出産の人、友だちづくりをしたい人におすすめです。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妊娠・出産・育児のコツや知って安心な情報を伝えます。プレパパや家族の妊婦体験も好評です。

▷**とき** 令和2年1月9日(木)

▷**受付時間** 午前9時～9時20分(正午終了予定)

▷**ところ** 保健センター

▷**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

▷**内容**

「妊娠中のカラダとココロ」(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」

▷**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具  
※動きやすい服装で来てください。

▷**申込方法** 保健センターへ電話または窓口で。

## 4種混合ワクチン接種後の 抗体検査・追加接種について

(一財)阪大微生物病研究会によると、4種混合ワクチンの一部ロットの製品について、ワクチンに含まれる有効成分(ポリオウイルス3型の抗原量)が、承認規格を下回ったことから自主回収をしています。当該ロットの製品に関する安全性に影響があったという報告はありません。

▷**当該ロット製品**

4K23	4K23A
	4K23B
	4K23C
4K24	4K24A
	4K24B
	4K24C

また、当該ロット製品と同等の有効成分量を持つワクチンを使用した場合でも十分な抗体を獲得することが確認されており、当該ロット製品を接種された場合でも追加接種の必要はないといわれています。

▷**確認方法**

子どもの母子健康手帳に貼付されたシールで確認できます。

▷**抗体検査・追加接種**

製品の有効性に不安を感じ、抗体価測定を希望する人には、抗体検査

が可能です。抗体検査の評価や今後の定期接種のスケジュールへの影響を回避するために、**4回すべて接種後4週間以降たってから抗体検査を実施することができます。**

また、抗体検査の結果、必要な場合にはポリオワクチンの追加接種が可能です。

抗体検査を希望する場合は、保健センターもしくは下記に問い合わせてください。

▷**問い合わせ先**

阪大微研フリーダイヤル

☎0120-280-980

※土・日・祝日を除く、午前9時～午後5時30分

## 胃内視鏡(胃カメラ)検診

▷**対象**

令和元年度内に50歳以上になる人[今年度、胃がん検診(バリウム検査を含む)を受けた人、前年度市の胃カメラを受診された人は対象外]

▷**受診期間** 令和2年2月末まで(定員になり次第終了)

▷**受診方法** 電話または来所で保健センターまで検診票の申し込み後、医療期間に予約を入れてください。

▷**委託医療機関** 中井記念病院  
※市立病院は今年度定員に達したため、締め切り。

▷**受診間隔** 2年に1回

※胃カメラ検査の翌年は、胃カメラ検査もバリウム検査も受診不可。

▷**検診内容** 胃内視鏡検査(胃カメラ)

※診療で行う胃カメラと違い、鎮痛薬・鎮静薬は使用できません。

▷**検診料** 4,600円(70歳以上の人は2,300円)

※検診中に異常が疑われた場合は、保険診療として検診料とは別に請求があります。

※生活保護世帯・非課税世帯に該当する人は、検診料が免除になります。検診を受ける前に保健センター窓口で無料の検診票を申請してください。申請がないまま検

※検診等に関するお問い合わせは、保健センター(☎23-6661)へ

診を受診した場合は、検査費用を返金することができませんので注意してください。

※検査結果は、受診された病院から送付します。

〔妊娠等の悩み相談窓口〕  
☎080-8323-1450  
午前9時～午前0時(毎日)

おう吐物、ふん便を処理するときは、マスクとプラスチック手袋を着用し、周りを汚染させないようにしましょう。

万が一食中毒にかかってしまったら、素人判断で下痢止めや吐きけ止めを飲むのはやめ、必ず医療機関を受診しましょう。

## 妊娠判定受診料の補助

▷対象 市民税非課税世帯および生活保護世帯に属する人

▷補助内容 妊娠判定に要する診察、および尿検査(必要に応じ超音波検査)に対し、1回7,000円を上限に(年度内に2回まで)補助します。

※該当する人は、保健センター窓口へ問い合わせてください。

### ◎妊娠に関する相談窓口

妊娠に関する悩みや不安がある場合には、一人で悩まずに相談してください。

### ○保健センター

☎23-6661

午前8時30分～午後5時

(土・日・祝日・年末年始を除く)

### ○奈良県産婦人科医会

## ノロウイルスを予防しましょう

ノロウイルスは冬場から3月にかけて多くおこる食中毒です。原因食品のトップはカキなどの貝類ですが、他の食品からの感染も油断できません。家庭でできる予防方法を確認しましょう。

### ◎ノロウイルス予防4か条

#### ①食品対策

食品の中心部まで85℃で1分以上しっかりと加熱しましょう。

#### ②手洗い

ウイルスを洗い流すため、調理の前後、トイレやおむつ交換、ペットをさわった後などは、必ず石鹸でよく手を洗いましょう。

#### ③衛生管理

調理器具やまな板、フキンなどの使用後は、次亜塩素酸ナトリウムに浸して殺菌しましょう

#### ④汚物処理

## 毎月19日は食育の日

あなたのBMI(肥満度)は?  
BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)  
体格区分  
BMI18.5未満: やせ  
BMI18.5~25.0未満: 普通  
BMI25.0以上: 肥満

## 活動量計の無料貸し出し中 健康チャレンジ

★体組成計や骨密度計での測定・ミニ講座(運動・栄養・歯)も開催★  
○コスモプラザ4階 健康交流スペース  
○問い合わせ・予約は  
保健センター ☎23-6661まで

## 春菊の卵あんかけ

地場産野菜で

簡単!  
クッキング



卵は半熟に仕上げること  
で口当たり良く仕上がります



食生活改善推進員の皆さん

### 材 料 (4人分)

春菊…………… 200g  
卵…………… 3個  
ハム…………… 2枚  
だし汁…………… 2/3カップ  
みりん…………… 小さじ1  
しょう油…………… 小さじ1  
片栗粉…………… 小さじ2  
水…………… 小さじ2  
サラダ油…………… 大さじ2

《エネルギー 153kcal 塩分 0.8g》(1人分)

### 作り方

- ① 春菊は3cm長さに切る。ハムは2～3cm角に切る。
- ② フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、春菊をいれて強火で炒め、熱湯1カップを加えてひと茹です。ザルに取り、水気を切って器に盛る。
- ③ 鍋にだし汁、みりん、しょう油を合せて火にかけ、煮立ったら水溶き片栗粉を加えてトロミをつける。①のハムを加えて混ぜる。
- ④ ②のフライパンに残りの油を熱し、卵を溶いていれ、手早く混ぜて半熟状になったら火を止める。
- ⑤ 春菊の上に半熟の卵をのせ、あんをかける。

〔大和高田市食生活改善推進員協議会〕



## 市 税

### 12月は市県民税(第4期)と国民健康保険税(第6期)の納期月

12月の納期限は末日ではなく、市県民税および国民健康保険税ともに12月25日(水)です。納税通知書および納付書は市県民税が6月に、国民健康保険税は7月にそれぞれ発送済みです。

### 確定申告に提出する国民健康保険税の納付証明書の交付について

確定申告用納付証明書を発行するには、本人確認できる書類(運転免許証や国民健康保険証など)の提示が必要になります。本人確認できる書類が無い場合は、公的機関が発行する文書や、被保険者番号(国保番号)のわかる書類などの中から、いずれか2つ以上を提示してください。

代理人が窓口で申請する場合は、委任状と本人確認書類の提示(コピーを取ります)が必要になります。

※委任状には、委任者、受任者両方の住所・氏名・生年月日が必要です。

### 不動産合同公売について

11月12日(火)に市町村と県が、合同で土地や建物などの不動産公売を奈良県橿原総合庁舎で実施しました。結果は、広報誌やまとたかだ1月号でお知らせします。

### 令和元年度4～9月の滞納処分実施状況

差押件数	差押取立金額	合計件数 取立金額
不動産 11件	726,700円	321件 15,484,372円
預貯金 259件	11,818,860円	
生命保険 5件	192,080円	
給与・ 年金など 46件	2,746,732円	

〔収納対策室 内線236〕



## 保険医療

### 特定健診は毎年受診することが大切です～今年度は1月末まで～

国民健康保険では、40歳から74歳までの人を対象に、約10,000円相当の健康診断を無料で受診できる特定健診を来年1月末まで実施しています。

年末年始は医療機関が混み合うので、早めの受診をおすすめします。

また、来年1月末までの受診で商品券1万円分が抽選で50人にあたるキャンペーンを実施しています。

▷期間 令和2年1月31日(金)まで

▷対象 国民健康保険に加入している40歳～74歳の人

▷持ち物 国民健康保険の保険証、受診券、質問票

※受診券がない人は保険医療課国保係まで

▷費用 無料

▷受診方法

以下の2つから選択できます。

- ・医療機関個別健診(各実施医療機関へ電話予約)

- ・集団健診(保険医療課国保係へ電話予約)

※受診できる医療機関など、特定健診について、詳しくは受診券に同封のパンフレットを見るか、保険医療課国保係まで。

〔保険医療課 国保係 内線568〕



## 年 金

### 出し忘れはありませんか 年金生活者支援給付金請求書

所得が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給される「年金生活者支援給付金制度」が10月から始まりました。

給付金の受け取りには、請求手続きが必要です。対象となる可能性がある人には、9月に日本年金機構から請求書が送付されています。まだ請求していない人は氏名など必要事項を記載して、速やかに日本年金機構へ返送してください。

12月中の受付に間に合えば、最大3か月遡って給付がありますが、令和2年1月以降に請求した場合は、受付した月の翌月分からは対象となります。

なお、給付金の振込みは、請求手続き後、数か月程度かかります。

詳しくは、下記へ問い合わせてください。

▷問い合わせ先

年金生活者支援給付金専用ダイヤル

☎0570(05)4092(ナビダイヤル)

または、大和高田年金事務所

☎22-3531

〔市民課年金係 内線529〕

### ご利用ください

## ☆☆ 夜間窓口 ☆☆

● 固定資産税・都市計画税・市県民税・軽自動車税・国民健康保険税窓口

▷とき 12月5日、12日、19日(木)  
午後5時15分～8時

【次回予定 令和2年1月23日(木)】

▷ところ 市役所2階 収納対策室  
☎22-1108(夜間窓口専用)

昼間の納付が困難な人や、納税相談が必要な人は、利用してください。

※課税についての問い合わせ・申請は受け付けられません。業務時間内に税務課へお願いします。

## ● 水道料金の夜間窓口

▷とき 12月4日(水)・18日(水)

▷ところ 上下水道部総務料金係  
(代表電話番号 ☎52-1365)

午後5時15分～9時まで

※6か月(3回分)以上滞納すると、給水を停止します。また、滞納者へは法的措置を行うことがあります。





## 児童福祉

### 奈良県交通遺児等援護事業

交通事故や自然災害により、父または母などを失った18歳未満の児童を養育する保護者に、激励金や入学祝金、就職・入学準備金などが、県社会福祉協議会より支給されます。

#### ○交通遺児等激励金

遺児一人につき100,000円支給。死亡したときから1年以内に住所地の市町村役場へ申請。

#### ○交通遺児等入学祝金

小・中学校、高等学校への各入学時、遺児一人につき50,000円支給。

上記各入学時から1年以内に住所地の市町村役場へ申請。

#### ○交通遺児等就職・入学準備金

就職または大学などへの進学・入学(予定)者、遺児一人につき100,000円支給。就職や大学などへの進学・入学が決定してから1年以内に、住所地の市町村役場へ申請。給付は就職時または入学時のいずれか1回限り。

※父または母などの死亡時に、遺児の住所が奈良県内にある人が対象です。

※病気などでの死亡の場合は、対象になりません。

※申請方法など、詳しくは下記へ。  
〔児童福祉課 内線567〕



## 水道

### 悪質な業者にご注意!

家庭を訪問し、水道水の検査や水道管の点検・清掃、浄水器の取替・販売を行う悪質な業者が増えています。

上下水道部では、各家庭からの修理依頼を受けた場合以外に、訪問することはありません。不審に思ったら、水道工務課(☎52-3901)まで問い合わせてください。

次の3つは、代表的な例です。被害に遭わないよう注意してください。

#### ●かたり商法

「上下水道部から来ました」「上下水道部の依頼で」などと、上下水道部を名乗って消費者を安心させ、高額な契約をさせる。

#### ●点検商法

「水道管の無料点検中です」と点検をするふりをして、「こんな水を飲んでいたら体に悪く、病気になりますよ」などと、消費者の不安をあおり、高額な契約をさせる。

#### ●実験商法

「水道水の検査にまわっています」「水道水がにごっていませんか」と言い、水道水に薬品を入れて水の色を変化させるなど、簡単な実験を見せて消費者の判断能力を狂わせ、高額な商品(浄水器など)を売りつける。

市内においても、類似の事例が発生しています。十分に注意してください。

### 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。

### 水道管の漏水調査にご協力を

水資源の有効利用を目的に、水道管の漏水調査を実施します。調査は、道路に埋設した水道管の漏水を探知するため、各家庭のメーターに音聴棒を当てて行います。市上下水道部漏水調査業務委託の身分証明書を携帯した調査員が訪問します。ご協力をお願いします。

▷訪問期間 翌年2月末まで  
午前8時30分～午後5時

〔上下水道部(水道部門) 52-1365〕  
〔夜間・緊急時 52-3901〕

※くれぐれも、かけ間違いのないようお願いします。

## マイナンバーカードはスマートフォンでも申請できます

ただし、最初に通知カードを受け取ってから、住所・氏名に変更がない人のみです。

住所や氏名に変更があった人は、市民課で新しい申請書の交付が必要です。

#### ◎申請方法

- ①スマートフォンで顔写真を撮影。
  - ②スマートフォンのカメラで交付申請書のQRコードを読み取り、申請用WEBサイトにアクセスしてメールアドレスを登録。
  - ③登録したメールアドレス宛に通知される申請者用の申請用WEBサイトにアクセス。
  - ④画面の案内にしたがって、必要事項を入力し、顔写真を添付して送信。
- ※登録したメールアドレス宛に、申請が完了した旨のメールが届き申請完了となります。

〔市民課 内線530〕

## クリーンセンター土曜開場日

- ▷12月の開場日 14日・28日(土)
- ▷時間 午前9時～10時30分まで
- ▷業務内容 可燃、不燃(粗大ゴミ含む)の持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〕

## マイナンバーカード 休日窓口を開設

マイナンバーカード(個人番号カード)の申請受付とマイナンバーカードの交付をおこなう休日窓口を、下記の日程で開設します。※申請者本人が来てください。

▷とき 12月14日(土)  
午前9時～正午

【次回予定 令和2年1月25日(土)】

▷ところ 市役所1階市民課  
※持ち物など、詳しくは、市民課まで問い合わせてください。

〔市民課 内線527〕

# お知らせBOX



## 参加しませんか

### 令和2年大和高田市文化財を考 える会 会員募集

▷学習内容 ※いずれも水曜日実施

月日	内容
1月15日	総会&講演会 (中央公民館(予定))
2月12日	奈良市へ (西大寺、菅原神社、喜光寺ほか)
3月11日	大和高田市内へ (名称寺、田井方面)
4月 8日	バスで宇陀市へ (宇太水分神社、國平鍛刀場ほか)
5月13日	バスで大津市へ(石山寺、建部 大社、寿長生の郷ほか)
6月 3日	バスで比叡山延暦寺へ
7月 8日	勉強会
8月12日	講演会(中央公民館(予定))
9月 9日	バスで天川村へ(天河大弁財 天社、栃尾観音堂ほか)
10月14日	大阪市へ(お初天神、日本銀行 大阪支店ほか)
11月11日	バスで京都市伏見区 (城南宮、寺田屋、伏見酒蔵ほか)
12月 9日	勉強会

※訪問先では宮司・住職・学芸員・観  
光ガイドの講話や説明があります。

▷会費 上期・下期 各3,000円。

※例会の諸経費は別途徴収。

※文化財、歴史に関する理解を深  
め、保護、啓発する団体です。

※歩行距離は4~6km前後です(バ  
ス例会は2~3km前後)。

※市外の人も入会できます。

※訪問先は変更することがあります。

▷申込・問合せ 文化財を考える会  
事務局

〈中家美保 ☎23-6826(午後7時  
以降)・またはmn\_miho@kcn.

jpへ)

〔生涯学習課 ☎53-6264〕

### 第3期エアロビクス教室生募集

▷とき 1月7日~3月3日の毎週火  
曜日 午後1時30分から2時30分

▷受付期間 12月13日(金)まで

▷受講料 2,000円(8回分)

※別途傷害保険料も必要です。

詳しくは、下記へ。

〔総合体育館 ☎22-8862〕

### 「元気いっぱい教室」新規生(参 加者)募集

▷とき 令和2年1月8日~3月25日  
の毎週水曜日(全12回)

午後0時45分~2時15分

※12月20日(金)午後1時~2時の事前  
説明会に参加必須

▷ところ 総合福祉会館(ゆうゆう

センター)2階 機能訓練室

▷内容 理学療法士や運動指導士  
の指導による、体操や機械を使っ  
たトレーニング

▷対象 市内在住の55歳以上の介  
護認定を受けていない人

▷定員 10名 ※申込多数の場合、抽選

▷費用 1回 500円

※障害者手帳を持っている人は無料

▷申込方法 電話で12月8日(日)まで  
に電話で下記へ。

〔総合福祉会館 ☎23-0789〕

## 開催します

■家族ふれあい教室「聴いて歌って  
♪クリスマスソング」  
~キッズも大人も一緒にゴスペル  
を体験しよう~

### 大和高田市土曜塾

講座・講師(敬称略)	とき	ところ
やまと高田太鼓 (スタッフ)	12月7日(土) 午前10時30分から	ときめきたかだ横駐車場 (総合公園内)
クリスマス会・表彰式 ペープサート、大クイズ大会 など (ヒートハートたかだ、表啓 充、岡田久嗣、他)	12月14日(土) 午後1時30分から	中央公民館
キッズ将棋・オセロ (中村正継、増田佳美)	12月15日(日) 午後1時30分から	中央公民館

※やまと高田太鼓は、飲み物・タオルまたはハンカチを持ってきてください。

※パウダーアートは、新聞・ボンド・はさみ・小箱(切った物を入れる)・飲み物を  
持ってきてください。

▷対象 5歳~18歳 ▷定員 各講座とも50名

▷費用 保険料 1回10円

▷申込方法 電話、またはFAX(☎53-6364)で、生涯学習課土曜塾担当へ。  
〔生涯学習課 ☎53-6264〕

広告欄



市役所…(22) 1101 総合福祉会館…(23) 0789 シルバー人材センター…(52) 0115 総合体育館…(22) 8862  
 市民交流センター…(44) 3210 保健センター…(23) 6661 高田消防署…(25) 0119 さくら荘…(23) 4126  
 中央公民館…(22) 1315 クリーンセンター…(53) 5383 さざんかホール…(53) 8200 総合公園…(52) 4700  
 図書館…(52) 3424 市立病院…(53) 2901 社会福祉協議会…(23) 5426 蔵之宮庁舎…(23) 8001  
 水道部門…(52) 1365 青少年課…(23) 1322 高田警察署…(22) 0110 下水道課…(52) 1258

ご注意ください！電話番号はきちんと確認してからかけましょう。

- ▷とき 12月21日(土) 午前10時～正午(受付:午前9時30分から)
- ▷ところ 市民交流センター(コスモスプラザ) 4階多目的室
- ▷内容 萱原有香理先生と一緒にゴスペルを学び、歌う。
- ▷対象 市内在住の人
- ▷講師 シンガーソングライター ゆかり☆ゴスペル 萱原 有香理 [青少年課 ☎23-1322]

### さわやか生活教室

とき	ところ	担当
12月 6日(金)	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 ☎23-1161
12月13日(金)	市立陵西公民館(市場)	在宅介護支援センター慈光園 ☎52-5001
12月20日(金)	中央公民館(西町)	ふれあい在宅介護支援センター ☎53-5499

- ▷時間 午後2時～4時
- ▷内容
  - ・認知症を予防しよう!～口腔と認知症には関係がある!～
  - ・家でもできる簡単な体操やストレッチ、簡単な体力測定
- ▷持ち物 お茶、持っている人は『介護予防手帳』『体力測定用紙』
- ※費用無料、申込不要 [地域包括支援課 内線592]

### 大和高田市人権教育研修会

- ▷とき 12月12日(木) 午後2時～4時(受付:午後1時30分から)
- ▷ところ ゆうゆうセンター 3階 研修室
- ▷講演 『部落差別解消推進法』に学ぶ ～これからの人権教育・啓発の課題～

### 広告欄

- ▷講師 石元清英さん(関西大学 名誉教授) [人権施策課 内線288]

### お知らせ

#### 指定ごみ袋の不良品について

指定ごみ袋に穴あきや破れなどの不良品があった場合、新しい物と交換しますので、購入された販売店へ現品をお持ち込みください。

[クリーンセンター企画整備課 ☎52-1600]

#### 使用済みの食用油の回収

▷12月の回収日 12月23日(月)

午前9時15分～9時30分	市立陵西公民館
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	禧青少年会館(備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	ネオンシ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。利用してください。

◎油の入ったビンやカン、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。

[クリーンセンター企画整備課 ☎52-1600]

### 12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
2月	奥田県住、出、秋吉
3火	奥田、吉井、根成柿
4水	大谷、北角、敷島町、根成柿、吉井、旭北町、本郷町、藤森、池尻、築山
5木	敷島町、根成柿、吉井、秋吉
6金	敷島町、西坊城、出、神楽、有井、日之出町 日之出西・東本町、土庫住宅、花園町
7土	大東町、土庫1・2・3丁目、東雲町、松塚、三和町
9月	東中、東中1・2丁目、春日町1・2丁目、出、勝目、田井、東雲町、松塚、三和町
10火	東中1丁目、春日町1・2丁目、南本町、大中南、磯野町、曙町、材木町、昭和町
11水	磯野、磯野北、南本町、北片塩、大中南、築山
12木	大中北、新田、岡崎、中町、池田、領家、磯野北、築山
13金	池田、領家、西代、市場、野口、築山
16月	市場、野口、有井、築山
17火	出屋敷、有井、西三倉堂1・2丁目、築山
18水	西町、有井、内本町、中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目
19木	中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目、甘田町、敷島町、今里、旭北町、旭南町
20金	中三倉堂1・2丁目、甘田町、北片塩町、東三倉堂町、旭北町
23月	曾大根、南今里町、中今里町、片塩町、磯野東町
24火	南陽町、蔵之宮町、甘田町、永和町、磯野南町、内本町
25水	大中東、南陽町、蔵之宮町、甘田町、本郷町、北本町、高砂町、永和町
26木	蔵之宮町、甘田町、栄町、東中1・2丁目
27金	奥田県住(1月分)

市営駐輪場フェンスへの  
 広告を募集しています。  
 詳しくは、生活安全課  
 (内線321)へ。

- トラブルを避けるためにも、立会いをお願いします。
- し尿くみと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と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。
- 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

### ●新感動型ハングル講座 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 2020年1月12日～2月16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 言語をマスターするのは至難の業。無味乾燥な机上の学習だけでは長続きしません。根幹となるハングル文法学習と、憧れのコリア芸能・オシャレ等の文化体験を組み合わせます。学習に感動を吹き込んで、新年のスタートをきりましょう。

▷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、往復はがきに名前、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、返信は行っていません。

▷連絡先 キム・カンヂャ(金康子)  
〒635-0003 土庫726-2  
FAX 52-0402

### ●スキー競技大会

奈良県民体育大会、国民体育大会スキー競技会を開催します。

▷とき 令和2年1月12日(日)～13日(月・祝)

▷ところ 長野県よませスキー場

広告欄

(北志賀高原)

▷参加費 3,000円(少年の部は2,000円)

※宿泊費・交通費は別途

▷申込方法 12月15日(日)【必着】までに、はがき(〒635-0054 曾大根367-1)またはFAX(FAX 53-7656)に住所、名前、電話番号を書いて下記へ。

[体育協会スキー部  
藤田 ☎090-1072-0236]

## 開催します

### ●萌「こころの相談室」

精神障がい者や家族の支援をしている社会福祉法人萌では、障害者週間にちなみ、電話相談を実施します。

眠れない日や気分が落ち込む日が続く、やる気が出ない、不安でしかたない、精神科への受診や薬への不安など、精神保健福祉に関する相談を受け付けます。困っていることやつらい気持ちに耳を傾け、支援機関や制度の情報提供をします。気軽に相談してください。

※秘密厳守、相談無料(通話料はかかります)

▷とき 12月2日(月)～6日(金)  
いずれも午前9時～午後9時

▷相談先 0743-85-5639  
[地域活動支援センターふらっと  
☎0743-54-3977]

## お知らせ

### ●国民年金基金加入の案内

「国民年金基金制度」は、自営業

者などの国民年金第1号被保険者や60歳以上65歳未満あるいは海外居住者で国民年金に任意加入している人が、自分で入る公的な個人年金です。

この「国民年金基金制度」は、終身年金をベースに将来設計に合わせて年金を組み立てることができ、更には掛金や年金給付について税制上の優遇措置があります。

詳しくは、下記へ問い合わせ、または全国国民年金基金のホームページ(<https://www.zenkoku-kikin.or.jp/>)をご覧ください。

[全国国民年金基金奈良支部  
☎0120-65-4192]

### ●自衛官などの募集

▷募集種目 自衛官候補生、高等工科大学生徒、予備自衛官補

※受験資格、受付期間、試験日など、詳しくは下記へ連絡、または奈良地方協力本部のホームページ(<http://www.mod.go.jp/pco/nara>)をご覧ください。

[自衛隊橿原地域事務所  
☎0744-29-9060]



### 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
- 県中央子ども家庭相談センター  
☎ 0742-26-3788
- 県高田子ども家庭相談センター  
☎ 22-6079
- 児童相談所全国共通ダイヤル  
☎ 0570-064-000 ☎189