

2013

8

No.939

やまとたかだ

お知らせ版

街かビズー



夏の風物詩が、今はじまりました

晴天に恵まれたこの日、奈良県無形民俗文化財「奥田の蓮取り行事」が行われました。奥田の蓮池（捨篠池）で、蓮取り船に乗った修験者たちが、ホラ貝の音を奏でながら、見事に咲き誇った蓮をかき分けて、船を進めます。刈り取られた108本の蓮花は、役行者の母、「刀良売（とらめ）」の墓に献花された後、吉野山金峯山寺蔵王堂まで運ばれました。

歴史あるこの伝統行事は、毎年7月7日に行われます。まだ見たことがない人、ぜひ来年は、見学してみては。

（7月7日撮影）

きぼう号の時間変更・高田温泉さくら荘… 1

みんぞくの広場〈秋のつどい〉・

木造住宅耐震改修費用…………… 2

特定健診・特定保健指導…………… 3・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・12

広報誌 やまとたかだ 2013.8 No.939

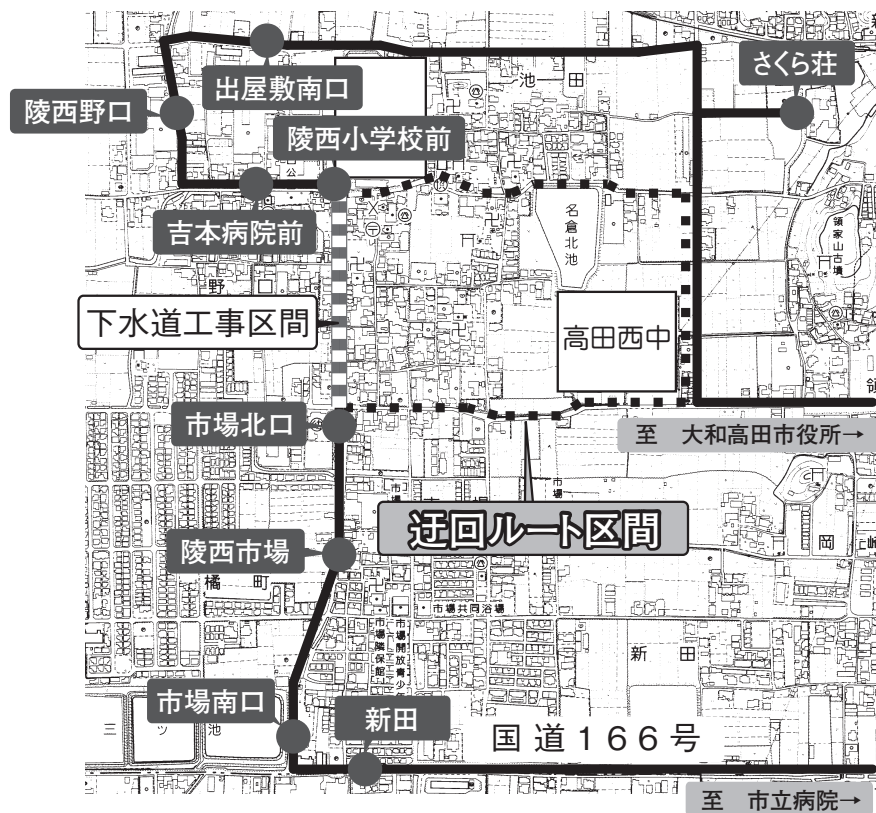
●人口/69,106人（－79）男/32,874人（－40）女/36,232人（－39）●世帯数/29,366世帯（－10）平成25年7月1日現在（ ）内は前月比です

■発行/大和高田市役所 〒635-8511 大和高田市大中100-1 ☎22-1101 URL <http://www.city.yamatotakada.nara.jp/>

■企画・編集/広報情報課 ■印刷/橋本印刷（株）

下水道工事に伴う「きぼう号」の時間変更

さくら荘～市場北口付近の地図



▷期間 平成25年9月1日から平成26年3月31日

▷停車時間の変更がある区間 さくら荘～市場北口 間(内回り・外回り)

大字市場地内で下水道工事が行われることに伴い、市場北口～陵西小学校前の区間で、迂回通行を行います。このため、市場北口のバス停の移動及びバスの運行時間に若干の変更がありますので、ご利用の際は、注意してください。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

変更後の時刻表については下記のとおりになります。



〔自治振興課 内線221〕

内回り	①	②	③	④
さくら荘	8:16	10:21	13:11	15:56
出屋敷南口	8:19	10:24	13:14	15:59
陵西野口	8:20	10:25	13:15	16:00
吉本病院前	8:21	10:26	13:16	16:01
陵西小学校前	8:21	10:26	13:16	16:01
市場北口	8:26	10:31	13:21	16:06
↓	以降は変更ありません。			

外回り	①	②	③	④
↓	以前は変更ありません。			
市場北口	10:19	13:03	15:48	18:18
陵西小学校前	10:24	13:08	15:53	18:23
吉本病院前	10:24	13:08	15:53	18:23
陵西野口	10:25	13:09	15:54	18:24
出屋敷南口	10:26	13:10	15:55	18:25
さくら荘	10:29	13:13	15:59	18:29

高田温泉さくら荘

利用をお待ちしています。

▷休館日 月・火曜日(祝日の場合も休館)、12月29日～1月3日

▷開館時間 午前10時30分～午後6時30分(入館は午後6時まで)

▷利用料金

- 300円 (60歳以上と、4歳以上12歳未満の人)
- 500円 (12歳以上60歳未満の人)
- 無料 (4歳未満と80歳以上の人) ※ただし、80歳以上の人は、「80歳以上さくら荘入館証」が必要。

◎「折り紙あそび」を始めました。

さくら荘では、折り紙を使った工作教室を開いています。季節をイメージした作品など、折り紙で簡単な工作あそびをします。ぜひ、来てください。



〔さくら荘 ☎23-4126〕

楽しいみんなの学習と交流

みんなの広場～未来～《秋のつどい》

▷ **とき** 9月3日(火) 午後2時～4時
(受付:午後1時30分～)

▷ **ところ** さざんかホール3階 レセプションホール

▷ **テーマ** さわやかそよぐ みんなで扇

▷ **民族講師** キム・カンチャ (金康子)さん
梅 玉婷(メイ・イウティン)さん
淡路 Alicia Vinson
(アワジ アリシア ビンソン)さん

▷ **対象** 市内在住で、学齢期にある外国籍の子ども、
両親のどちらかが外国籍の子ども、両親またはどちら
かが日本国籍の取得者の子ども

▷ **申込方法** 市内各小・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、大和高田市ホームページ「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、8月27日(火)までに、各学校または、市役所2階
学校教育課(〒635-8511大和100-1)へ郵送、また
は持参してください。 ※土・日曜日は除く。

〔学校教育課 内線154〕

木造住宅耐震改修費用の一部を負担

大和高田市では、住宅の耐震化を促進し、災害に強い
安全・安心なまちづくりを推進するため、木造住宅の耐震
改修に要した費用の一部を助成します。

▷ **対象地域** 市内全域

▷ **助成対象住宅**

①昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅(階数2以
下)

②耐震診断結果の上部構造評点が1.0未満の住宅

▷ **助成対象者** 耐震改修工事を行う補助対象住宅の所
有者等で、大和高田市税を滞納していない人

▷ **耐震改修工事**

①耐震改修前の上部構造評点が1.0未満であったもの
を、1.0以上の数値にする改修工事

②耐震改修前の上部構造評点が0.7未満であったもの
を、0.7以上の数値にする改修工事

▷ **補助額** 20万円～50万円(改修工事費が50万円以
下の時は、補助対象となりません)

▷ **募集期間** 9月2日(月)～30日(月) 午前8時30分～午後
5時15分(市役所が休みの日は除く)

▷ **募集件数** 5件 ※応募多数の場合、抽選。募集件数
に満たない場合は、随時受付

▷ **交付申請** 交付を受けようとする人は、既存木造住宅
耐震改修工事補助金交付申請書に関係書類を添えて、
建築住宅課へ提出(郵便等による受付は不可)

▷ **関係書類**

- 耐震改修工事見積書及び内訳書
- 補助対象住宅の付近見取図及び写真
- 現状配置図及び平面図
- 着工日を証明する書類
- 住宅の所有者が確認できる書類(申請者が所有者で
ない場合は同意書)
- 耐震診断結果の写し
- 耐震補強設計図書
- 耐震改修工事工程表
- 設計内容確認書
- 工事監理者選任報告書 等

※申込みをする前に、必ず市役所建築住宅課へお問い合
わせください(事前に着工した場合は、交付対象となり
ません)。

〔建築住宅課 内線651・678〕

受けよう、特定健診・特定保健指導!

特定健康診査(特定健診)・特定保健指導の目的は、自覚症状が少なく気づかいうちに進行する「生活習慣病」や、その前段階である「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」を発見し、改善することです。40歳から74歳の人は、受診の対象になります。対象の人には、6月下旬に受診券を送付しています。必ず、受診してください。

▷**対象** 国民健康保険に加入している(4月1日現在) 40～74歳の人

※4月1日以降に国保に加入した人も、受診できます。市役所保険医療課まで、連絡してください。

※今年度75歳以上になる人は、後期高齢者医療から、健診の案内を送付しています。

※国民健康保険以外の人も、加入している医療保険者(組合管掌健康保険、政府管掌健康保険、船員保険、共済保険)による特定健診・特定保健指導を受けることができます。

▷**実施期間** 6月下旬～1月末 (下記日程)

▷**ところ** 委託医療機関(個別健診)または集団健診(下記参照)

▷**内容** 問診・身体診察・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図・貧血検査・眼底検査(医師の判断)

▷**健診費用** 1,000円

☆**集団健診の日程** ※集団健診の予約は、市役所保険医療課 国保給付グループ(☎22-1101 内線579)へ。

1.「特定健診」と「がん検診」のセット ※必ず2週間前までに予約してください

日 程	定 員	健診場所 保健センター・葛城メディカルセンター
★ 9月10日(火)	100名	受付時間 ※予約制 ①午前8時45分～9時 ②午前9時～9時30分 ③午前9時30分～10時 ④午前10時～10時30分 ⑤午前10時30分～11時
9月11日(水)	30名	
9月17日(火)	20名	
★10月 7日(月)	100名	★印は、①～⑤まで、その他の日は③～⑤の中から選んで予約してください。検診の進み具合等により、多少待ち時間がありますが、ご了承ください。
10月28日(月)	30名	
10月29日(火)	20名	★印のある日は、国民健康保険加入者だけの検診日です。

◎がん検診内容は、次のとおりです。

胃がん検診 800円 バリウムと発泡剤を飲んで、胃のレントゲン写真を撮影

肺がん検診 300円 胸のレントゲン検査(結核検診を含む)
(必要時、たんの検査400円)

大腸がん検診 500円 自宅で2日間採便して潜血反応をみる検査。女性は採便日に生理がかからないように、ご確認ください。

※大腸がん無料クーポン券対象の人と検診料免除要件に該当する人は無料。詳しくは、保健事業のご案内をご覧ください。

※検診票と一緒に容器を郵送します。検診当日に持参してください。

※がん検診とセットで受診する人が対象です。

※予約された検診日の1週間前にがん検診票を送付します。当日記入して、持参してください。

2. 特定健診のみ

日 程	健診場所
9月25日(水)	葛城メディカルセンター
10月23日(水)	葛城メディカルセンター
11月16日(土)	市立菅原公民館
11月27日(水)	葛城メディカルセンター
11月30日(土)	市立土庫公民館
12月 4日(水)	葛城メディカルセンター

日 程	健診場所
12月 5日(木)	葛城コミュニティーセンター
12月 7日(土)	市立陵西公民館
12月11日(水)	葛城メディカルセンター
12月18日(水)	葛城メディカルセンター
1月22日(水)	葛城メディカルセンター
1月29日(水)	葛城メディカルセンター

▷**受付時間** 午前8時30分～11時

※12月5日(木)のみ、午前9時～11時

▷**定員** 各日50名



特定保健指導Q&A

Q 1. 特定保健指導とは？

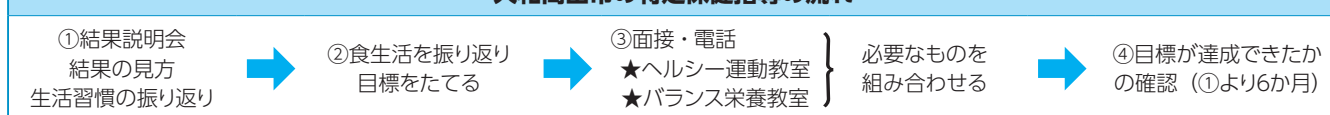
A 1. 特定健診後、メタボリックシンドロームの基準に該当し、生活習慣の改善により病気を予防できる可能性の高い人に案内されます。

専門職(保健師・栄養士・運動指導士等)から、メタボリックシンドロームの予防と改善のためのアドバイスや支援が約6か月間受けられます。

Q 2. 特定保健指導の案内が送られてきたら、受けたほうがいいの？

A 2. メタボリックシンドロームの状態が続くと、動脈硬化が進み、心筋梗塞や脳梗塞を招く可能性が高くなります。動脈硬化は自覚症状がないので、気付かないまま進行します。健診結果から、その進み具合や原因が予測できるので、早めの対応が必要です。この機会を生かして、自分にあった方法で生活習慣の改善と、脱メタボリックシンドロームをめざしてください。

大和高田市の特定保健指導の流れ



特定保健指導を受けて 脱メタボにチャレンジしました！

平成23年度に特定健診を受診され、脱メタボ講座に参加したご夫婦を紹介します。6か月間生活習慣の改善に向けてチャレンジし、減量と共に血液検査の結果も大きく改善しました。翌年度の健診では、見事二人とも、脱メタボに成功しています！

夫 (70歳)

20歳より体重が10kg増えた夫。少しづつ健診結果も悪化。食事・運動習慣を改善し減量したいと、参加しました。

平成23年度健診

身長: 168.6cm
体重: 71.7kg
腹囲: 87.0cm
BMI: 25.2
中性脂肪: 120mg/dl
HbA1c: 5.5%

【メタボリックシンドローム判定: 予備群】

感想・成功の決め手(本人より)

食事の量と間食を、減らしました。休日は、ウォーキングをして平日と同じ歩数をできるだけ保つ努力もしました。体重・歩数・便通・夕食の献立・間食・飲酒などを記録する表を独自に作り、記録をつけたことも成功の秘訣です。

平成24年度健診

身長: 168.5cm
体重: 62.8kg (-8.9kg)
腹囲: 81.5cm (-5.5cm)
BMI: 22.1 (-3.1)
中性脂肪: 101mg/dl (-19)
HbA1c: 5.2% (-0.3)

【メタボリックシンドローム判定: 非該当】

夫婦で6か月間チャレンジ!

- ①毎朝体重と血圧記録
- ②1日30分以上歩く(1日7000歩目標)
- ③主菜(肉・魚)をひかえる
- ④油ものをひかえる ⑤野菜を多くとる
- ⑥白米はしっかり食べる
- ⑦買い物は自転車で行く



～保健センターより～

保健センターからわたした健康度アップ手帳に、体重と血圧の記録を地道に続け、意欲を保ちました。

妻は★バランス栄養教室や★ヘルシー運動教室にも積極的に参加し、野菜をたっぷり取るコツや、し好品の楽しみ方、安全に楽しく運動するポイント等学びました。

夫婦でウォーキングしたり、お互いがよい刺激となり、気付いた点をできる範囲でチャレンジしたことが、結果につながったようです。

妻 (64歳)

2回の出産で体重が15～16kg増加、3世代家族の食事を作っていて、自分だけでは食事を調整するのが難しい中での参加でした。

平成23年度健診

身長: 158.4cm
体重: 64.7kg
腹囲: 98.5cm
BMI: 25.8
LDLコレステロール: 199mg/dl
γ-GTP: 98 IU/l

【メタボリックシンドローム判定: 予備群】

感想・成功の決め手(本人より)

自分の体に注意を向ける為、独自に作った表をつけ、1日の反省をしました。歩くことだけでなく、家事などでも体を動かします。体を引き締める為に、筋力トレーニングもしました。保健センターでの講座にも積極的に参加し、始めたころの気持ちを忘れないようにもしました。よい習慣を、これからも続けていきたいと思っています。

平成24年度健診

身長: 156.8cm
体重: 62.2kg (-2.5kg)
腹囲: 90.0cm (-8.5cm)
BMI: 25.3 (-0.5)
LDLコレステロール: 97mg/dl (-102)
γ-GTP: 61 IU/l (-37)

【メタボリックシンドローム判定: 非該当】

【問い合わせ先】 特定健診 大和高田市役所 ☎22-1101 保険医療課国保給付グループ
後期高齢者の健診(75才以上の人) 大和高田市役所 ☎22-1101 保険医療課医療係
特定保健指導 大和高田市保健センター ☎23-6661



2歳児親子歯科健診 妊婦歯科健診(Cコース)

歯科健診(親子・妊婦)と希望者(子のみ)へのフッ素塗布をおこないます。

▷とき 9月5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です。

▷ところ 保健センター

▷定員 各グループ10組

▷対象 平成23年2月～平成23年3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、保健事業案内を参照)

▷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、家族になる人に、ウェルカムベビー教室を開いています。教室にも参加を希望する人は、同時に申し込んでください。託児はありませんので、ご了承ください。

前立腺がん検診

▷ところ 市立病院

※必ず、検診票を持参。

▷対象 40歳以上の男性

▷定員 300名

▷費用 900円(免除要件あり)

▷内容 血液検査(絶食等は不要)

▷持ち物 検診票

▷申込方法 8月26日(月)までに、保健センターで受付。

後日、検診票を発送します。

(毎週火曜日発送予定、火曜日が休日の場合は、水曜日)

▷検診期間 5月～8月末まで

※詳しくは、検診票に書いています。

※検診料の免除要件に該当する人は、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。

子宮頸がん予防ワクチン接種

子宮頸がん予防ワクチン接種後、持続的な痛みが特異的にみられたことを受け、厚生労働省より6月14日付けで適切な情報提供ができるまでの間、積極的な勧奨を差し控えるように、という通知がありました。ただし、すでに接種を開始している人や、接種を希望する人については、今までと同様に、定期接種(公費)で接種することができます。

なお、接種を希望する人は、市内委託医療機関に配置している厚生労働省からの「子宮頸がん予防ワクチンの接種を受ける皆さまへ」をよく読み、子宮頸がん予防ワクチンについて十分理解してから接種してください。

胃・肺・大腸がん検診

▷とき

9月3日(火)[女性のみ]、9月4日(水)

9月11日(水)、9月17日(火)

10月28日(月)、10月29日(火)

▷受付時間 午前8時45分～11時

▷ところ 保健センター

▷対象 40歳以上の人

▷検診料

胃がん 800円

肺がん 300円

大腸がん 500円

検診料の免除要件(保健事業案内参照)に該当する人は、検診を受ける前に、保健センターに申請してください

▷申込方法 電話で保健センター(☎23-6661)へ。

※4月に、無料クーポン券(大腸・乳・子宮がん検診用)を対象者に送付しています。受診が遅くなると大変混雑します。ぜひ、この機会に検診

を受けましょう。

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・出産を経験する人や、友達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コツや、知って安心情報を伝えます。プレパパや妊婦体験も好評です。

▷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。

▷ところ 保健センター

▷とき 9月5日(休)

▷受付時間 午前9時～9時20分
(正午に、終了予定)

▷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」

▷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(2歳児親子歯科健診と同時開催)があるので、歯みがきをしてきてください。

▷申込方法 保健センターへ電話(☎23-6661)または窓口へ。

B・C型肝炎ウイルス検診

▷ところ 市立病院

▷対象 40歳以上で過去に受けたことがない人

▷定員 250名

▷費用 400円(免除要件あり)

▷内容 血液検査(絶食等は、不要)

▷持ち物 検診票

▷申込方法 8月26日(月)まで、保健センターにて受付。

後日、検診票を発送します。(毎週火曜日発送予定、火曜日が休日の場合は、水曜日)

▷検診期間 5月～8月末まで

※詳しくは、検診票に書いています。

※検診料の免除要件に該当する人は、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。





※検診等に関するお問い合わせは、保健センター(☎23-6661)へ

**ジェネリック医薬品に
関するお知らせの送付**

医療費の約3割を占める薬剤費の軽減を目的として、現在処方している薬から、ジェネリック医薬品に変更した場合、どれくらいの薬代が削減できるか、軽減可能な金額を対象者の自宅に送付します。

▷**対象者** 国保に加入している40歳以上73歳までの院外処方の人

※院外処方とは、医療機関で「処方せん」をもらい、医療機関とは別の保険薬局で薬を受け取ること

※必ず、ジェネリック医薬品に切り替える必要はありません。

〔保険医療課 国保給付係
内線579・578〕

**ほうれん草のツナマヨあえ**

相性のいいツナとマヨネーズにフレンチドレッシングも仲間入り。ほうれん草とよくあいます。

材 料 (2人分)

ほうれん草 …… 1/2束
ツナ缶 …… 40g
フレンチドレッシング …… 大さじ1
マヨネーズ …… 大さじ1
塩・こしょう …… 各少々

《エネルギー 155kcal 塩分 0.8g》(1人分)



食生活改善推進員
植田 信子さん

作り方

- ① ほうれん草は熱湯でさっとゆで、水にとる。
水気をよく絞り、3cmの長さに切る。
- ② ボウルに①を入れ、汁気を切ったツナ、フレンチドレッシングであえる。
マヨネーズを加え、塩・こしょうで味をととのえる。

〔大和高田市食生活改善推進員協議会〕



市 税

8月は市県民税の納期月

☆納期限は9月2日(月)

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、早めに連絡してください。

◎8月出張窓口

日	出張窓口場所
21日(水)	東部子ども会館
22日(木)	西部文化センター
23日(金)	北ふれあいセンター

▷時間 午前9時30分～11時

口座振替にしませんか？

口座振替なら納め忘れがありません。安心・安全な口座振替をご利用ください。

▷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253〕



児童福祉

奈良県交通遺児等援護事業

交通、自然災害により、父または母等を失った18歳未満の児童を養育する保護者に、激励金や入学祝金等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。死亡より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、各入学時、遺児一人につき50,000円支給。上記各入学時より1年以内に、住所地の市町村役場へ申請。

平成25年度に限り、小・中学校、高等学校の各在学中の遺児も入学祝

金の給付対象。

※県予算の範囲内での給付となります。

※父または母等の死亡時、遺児の住所が奈良県内にある人が対象です。

※病気等で死亡の場合は、対象になりません。

※申請方法など詳しくは、児童福祉課へ。

〔児童福祉課 内線567〕

父子家庭への自立支援給付金

平成25年4月1日より、ひとり親家庭の自立支援給付金(自立支援教育訓練給付金・高等技能訓練促進費)が、母子家庭に加え、父子家庭も支給対象となっています。

◎高等技能訓練促進費の経過措置

父子家庭の父で、下記の対象資格を取得するため、平成25年4月1日以降に養成機関へ入学した人が対象となります(新制度の経過措置として父子家庭の父については、平成25年9月30日までに申請すれば、平成25年4月1日以降の該当月にさかのぼって支給されます)。

▷対象資格 看護師・保育士・介護福祉士・作業療法士・理学療法士など。支給要件など、詳しくは、児童福祉課へ。

〔児童福祉課 内線585〕

現況届をお忘れなく

児童扶養手当・特別児童扶養手当

現在、児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている人は、現況届の手続きをしてください(現況届をしないと8月分以降の手当が支給されないことがあります)。

▷手続期間

●児童扶養手当 8月1日～30日

●特別児童扶養手当 8月12日～9月10日

※手当受給者には、現況届出案内を郵送します。

【児童扶養手当】

▷必要なもの 手当証書、印鑑等

☆次の人は、下記の書類を提出してください。

●平成25年1月2日以降に転入した場合…平成25年度所得証明書(扶養親族数・控除内訳等記載のもの)

(平成25年1月1日現在の住所地で)

●児童と別居している場合…別居監

護申立書、児童の属する世帯全員の住民票(記載が省略されていないもの)

●養育者が児童を養育している場合…養育証明書

●父または母が1年以上遺棄している場合…遺棄申立書

●父または母が1年以上拘禁されている場合…拘禁証明書

この他、必要に応じて提出する書類があります。

【特別児童扶養手当】

▷必要なもの 手当証書、印鑑等

※平成25年1月2日以降に転入した人は、平成25年度所得証明書(扶養親族数・控除内訳等記載のもの)

(平成25年1月1日現在の住所地で) この他、必要に応じて提出する書類があります。

〔児童福祉課 内線567・576〕



介護保険

介護保険料を年金から天引きされている人へ

介護保険料を特別徴収(年金から天引き)されている人は、8月からの特別徴収額が変更になります。

仮徴収される月	4月	前年度2月分と同じ保険料額
	6月	
本徴収される月	8月	年間介護保険料から4・6月の仮徴収分を差し引いて四分割した額(8月端数切捨、10月端数加算)
	10月	
	12月	
	2月	

☆6月の市民税確定後に介護保険料の年額を決定するため、4月・6月は、それぞれ前年度2月(平成25年2月)の特別徴収額と同額を仮徴収し、8月からは、年間保険料から4月・6月の仮徴収分を差し引いた額を4回に分けて徴収します。

※仮徴収額と本徴収額に著しい差額が生じた人や、前年度に比べ、著しく所得段階が変更になった人、市外の施設入所者等は、前記の徴収方法に該当しない場合があります。

※保険料額は、7月に通知している「介護保険料納入通知書兼特別

徴収開始通知書」を確認してください。

〔介護保険課 内線573〕



水道

メーターの取り替え、検針にご協力を

メーターボックスの周囲に障がいがあると、メーターの取り替えや検針の支障となります。整とんを、お願いします。

急なにごり水に注意

水道工事や断水、火災による消火活動などで、水道管を流れている水の速さや方向が変わり、にごり水が出る場合があります。そのような時は、飲み水としての使用を控え、しばらく様子を見るか、上下水道部へご連絡ください。

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おこないます。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。

▷期間 8月上旬～11月末
午前8時30分～午後5時

〔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お願いします。



国保

9月2日は国民健康保険税第2期分の納期限です

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付には、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。

国保加入世帯は所得申告を

所得申告は、毎年行うことが義務づけられています。国民健康保険の加入世帯で、まだの人は、申告してください。前年中の所得が基礎控除額（33万円）以下、または所得がない場合でも、必ず申告をしてください。申告をしないと、国民健康保険税の減額対象世帯であっても、その適用を受けられず、不利な課税となります。ご注意ください。

クリーンセンター 土曜開場日

- ▷8月の開場日 10日・27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〕

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 8月22日（木）
- ▷ところ 市役所2階 収納対策室
☎ 22-1108（夜間窓口専用）

納税相談にお越しください

災害や失業・病気等、特別な理由で納期内の納付が困難な人や、課税内容等に疑問のある人は、保険医療課へ。

〔保険医療課 内線564〕

ねんきんQ&A

Q 私は、国民年金に加入していますが、年金手帳をなくしてしまいました。どうしたらよいでしょうか。

A 市役所または年金事務所で年金手帳再交付の手続きをしてください。年金手帳は、就職するとき、会社に提出する場合などに必要です。年金手帳は、大切に保管してください。

〔市民課年金係 内線 528・529〕

午後6時まで時間延長

市民課窓口業務

- ▷8月の実施日
8月1日・8日・15日・22日・29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〕

● 国保税窓口

- ▷とき 8月22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 9月4日（木）【次回予定10月2日（木）】
- ▷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。



お知らせBOX

市役所からの
情報をご案内



参加しませんか

■第2期エアロビクス教室生募集

▷とき 9月3日(火)～10月22日(火)の毎週火曜日(全8回)

午後1時30分～午後2時30分

▷申込期間 8月1日(木)～8月15日(木)

▷申込方法 受講料、傷害保険料を添えて、直接総合体育館へ。

▷費用

●受講料 2,000円(8回分)

●傷害保険料 1,850円(満65歳以上の人は1,000円)

※必ず加入してください。同好会等で加入済の人も、加入してください。

なお、すでに平成25年度総合体育館スポーツ教室の参加者については、今回加入の必要はありません。

詳しくは、総合体育館へ。

【総合体育館 ☎22-8862】

■青少年指導員 野外の集い

▷とき 8月31日(土)～9月1日(日)

▷ところ 堺市立日高少年自然の家(和歌山県日高郡日高町志賀3794)

▷内容 カヌー・カヤック・シュノーケリング・磯観察・炊事等

▷対象 小学3年生～中学3年生

▷定員 26名

※申込多数の場合、抽選

▷参加費 6,000円

▷申込方法 8月16日(金)までに電話(☎23-1322)またはFAX(☎23-2344)で青少年センターへ。

※8月24日(土)午後7時30分に、中央公民館で事前説明会があります。

※天候等の都合で、中止になる場合

があります。

【青少年センター ☎23-1322】

■茶道「いただく作法」受講生募集

▷とき 9月7日・21日・28日(いずれも土曜日) 午後1時30分～

▷ところ 葛城コミュニティセンター

▷会費 3回で1,000円 ※茶菓子代含む

▷講師 藤井 宗恒さん(裏千家)

▷定員 10名

※申込多数の場合、抽選

▷受講料 600円

▷申込方法 往復ハガキに「いただく作法希望」、郵便番号、住所、名前、電話番号を書いて、8月25日(日)までに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】

■要約筆記奉仕員養成講座

聞こえが不自由な人たちの現状を知り、コミュニケーションのサポートをしてみませんか。

▷とき 9月4日～11月13日の毎週水曜日(全11回) 午後1時～4時

※最終日は現場実習(必須)

▷ところ 総合福祉会館2階会議室1

▷対象 市内在住・在勤・在学で、18歳以上の人

▷定員 10名(応募多数の場合は抽選)

▷テキスト代 1,050円

▷申込方法 8月24日(土)までに、電話で総合福祉会館(☎23-0789)へ。

【総合福祉会館 ☎23-0789】

開催します

■天満診療所健康教室

▷とき 8月22日(木) 午後1時～2時

▷ところ 天満診療所

▷テーマ 「高齢者のうつ」

▷講師 医師 梅本 典江

【天満診療所 ☎52-5357】

■市美術展覧会作品募集

▷とき 11月7日(木)～10日(日)

▷ところ さざんかホール 2階展示ホール、3階レセプションホール

▷公募作品 日本画・洋画・書芸・写真・陶芸・彫塑・デザインの7部門

▷作品搬入 11月2日(土) 午前10時～午後1時 さざんかホール2階展示ホール

※開催要項等は、中央公民館、さざんかホール、葛城コミュニティセンター、市広報情報課にあります。

【生涯学習課 ☎53-6264】

お知らせ

■更生保護サポートセンター高田開所

地域に根ざした「犯罪・非行防止活動」の相談場所として、また、保護司の活動拠点として、更生保護サポートセンター高田が開所しました。

▷開所時間 平日午前10時～午後4時 企画調整保護司駐在

▷ところ 市役所別館 2階

▷連絡先

●☎/ ☎60-6759(市社会福祉課内)

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
 中央公民館…(22) 1315 保健センター…(23) 6661 高田消防署…(25) 0119 さくら荘…(23) 4126
 図書館…(52) 3424 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
 水道部門…(52) 1365 市立病院…(53) 2901 社会福祉協議会…(23) 5426 緑地センター…(23) 8001
 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。

●メール takada-hogoshi@iris.
 eonet.ne.jp
 [社会福祉課 内線551]

生活保護制度の見直し

生活扶助の基準額は、国民の生活水準とのバランスを考え、5年に一度、国が検証を行い、適正化を図ることとされています。その結果、平成25年8月1日から、生活扶助の基準額(保護の支給額)の大幅な見直しが決定しました。同時に、早期自立をめざした就労支援の強化も図られることとなります。詳しくは、保護課へ。

[保護課 内線590]



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

使用済みの食用油の回収

▷ 8月の回収日 8月26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	靖国少年会館(靖国コミュニティーセンター)
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	葛城コミュニティーセンター
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]

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

●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おこなわれ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〈おおよ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。

地域ふれあい土曜塾

講座・講師(敬称略)	とき	ところ
宿題やろうよ! 絵画 (表 啓充、弓場一郎)	8月3日(土) 午後1時30分～	市立中央公民館
キッズ囲碁 (吉村芳俱、西岡正浩、弓場一郎)	8月24日(土) 午後1時30分～	市立中央公民館
やまと高田 太鼓 (松本弘昭、表 泰憲)	8月25日(日) 午前10時30分～	ときめき高田朝市前 集合
陶芸絵付け (奥田順久、弓場一郎)	8月31日(土) 午後1時30分～	市立中央公民館

※ときめき高田朝市は、総合公園北側駐車場横にあります。(場所が分からない人は、集合時間の30分前までに中央公民館前へ集合してください)

※各講座に必要な持ち物など、詳しくは生涯学習課(☎53-6264)へ。

▷対象 5歳～18歳 ※囲碁は7歳以上

▷定員 各講座とも50名

▷費用 各講座とも保険料1回20円

▷申込方法 いずれも、電話(☎53-6264)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]

参加しませんか

●NAISTサイエンス塾

- ▷とき 9月14日(土) ①午前10時～11時30分 ②午後1時～2時30分
▷ところ 高山サイエンスプラザ4階(学研北生駒駅よりバス、サイエンスプラザ下車)
▷内容 「飛行機を作ろう」
▷参加費 1人500円
▷対象 小学生 ※保護者同伴
▷定員 各回36人
※申込多数の場合、抽選
▷申込方法
メール(kagaku@science-plaza.or.jp)、FAX(0743-72-5819)、ハガキ(〒630-0101、生駒市高山町8916-12)で、「第57回サイエンス塾」、希望時間(第2希望まで)、参加者氏名(フリガナ)、学校名、学年、住所(郵便番号)、メール、FAX、電話番号を書いて、8月20日(火)【必着】までに奈良先端大支援財団へ。※当選者のみ、8月30日(金)までに通知。
〔奈良先端大支援財団 0743-72-5815〕

●感動の言語・文字 ハングル体験講座

- 大和高田 ^{ケグリ}개구리 ^{オリニ}어린이 ^会회
「ケグリ」とは「蛙」、「オリニ」とは「子ども」という意味です。
▷とき 8月25日～9月29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 朝鮮・韓国語は、語順が日本語と同じで親しみやすい言語です。また、漢字語がたくさん使われており、中国、日本などアジアのつながりを学ぶことができます。文字・ハングルは、20数個の少ない文字を、パズルのように組み合わせ、多様な発音を表現する興味深い文字です。ハングルを通して、世界・宇宙観が広がる感動を体験しましょう！
▷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、FAXまたは往復ハガキで申し込みください。FAX・郵便以外の受付、返信は、おこなっていません。
▷連絡先 キム・カンギャ(金康子) 〒635-0003 土庫726-2 FAX 52-0402

●アメリカンDIPフラワー

- 形づけしたワイヤーで花や鳥、アクセサリーなどを作ります。見本は、市立中央公民館で展示しています。
▷とき 毎月第2土曜日 午後1時30分～3時30分
▷ところ 市立中央公民館
▷対象 小学校高学年から大人まで
▷費用 1回600円(材料費別)
▷持ち物 エプロン、ラジオペンチ、はさみ
▷申込方法 ハガキ(大和高田市中三倉堂2-9-44)または、電話かFAXで阪田(☎FAX 0745-23-2610)へ。
〔阪田 ☎23-2610〕

●『わくわく』サマーファミリーコンサート

- ▷とき 8月25日(日) 午後1時30分開演
▷ところ 総合福祉会館3階 研修室
▷内容 星の王子さま、となりのトトロなど、歌や絵本の朗読他
▷主催 ひーりんぐまむ(社協登録ボランティアグループ)
▷問い合わせ
メール(healingmam_nara@yahoo.co.jp)または下記へ。
〔鈴木 ☎090-2198-7731〕

●夏休みおもしろ科学教室

- ▷とき 8月27日(火) 午前10時～
▷ところ オークタウン4階 子育てステーション
▷対象 幼稚園児、小学生
▷持ち物 のり、はさみ
▷費用 500円
▷講師 中尾勝一さん(畿央大学教授)
▷申込方法 8月24日(土)までにオー

クタウン4階子育てステーション(月～土曜日 午前9時30分～午後2時30分)へ。

〔NPO法人マーマの里 田丸 ☎22-1438〕

●高田オープンテニス大会

- ◎ジュニア大会
▷とき 9月8日(日) 午前8時30分集合 ※雨天の場合も集合 予備日 9月16日(祝)
▷ところ 総合公園テニスコート
▷種目
①男女混合シングルス(初心者部) 対象:小学3年生～6年生 テニス歴2年未満
②男女混合シングルス(経験者部) 対象:小学3年生～6年生 テニス歴2年以上4年未満
▷参加条件 小学3～6学年で、6ゲームをセルフジャッジで進行できる人
※都道府県主催のジュニア大会ベスト8以上は、参加不可
▷定員 男女ともに各16名
▷参加費 1,000円
▷申込方法 ハガキに、住所・氏名・学年・テニス歴・所属クラブ・電話番号を記入し、8月24日(土)【必着】までに榎本務(〒635-0034 東三倉堂町13-6)へ。
◎ミックスダブルス
▷とき 9月22日(日) 午前8時30分集合 ※雨天の場合も集合 予備日 9月29日(日)
▷ところ 総合公園テニスコート
▷定員 48チーム ※先着順
▷参加費 1人1,000円(体育協会員は500円) ※当日徴収
▷申込方法 ハガキに住所・氏名・電話番号を記入し、9月7日(土)【必着】までに榎本務(〒635-0034 東三倉堂町13-6)へ。
〔体協硬式テニス部 榎本 ☎090-9050-2398〕

●防災ずきん作成講習会

- ▷とき 8月22日(木)午前10時～正午(受付:9時30分～)
▷ところ 総合福祉会館2階 多目的室
▷対象者 市内在住の人(親子・友

達同士の参加も可)
 ▷参加費 1人800円
 ▷定員 30名(定員になり次第受付を終了)
 ▷申込期間 8月1日(木)～20日(火)
 ▷申し込み・問い合わせ
 市社会福祉協議会(☎23-5426)
 ※「防災ずきん作成ボランティアさん」の募集も同時に行っています。
 [大和高田市ボランティア連絡協議会 ☎23-5426]

●大工さんの木工教室

▷とき 8月25日(日)
 ○1部 折りたたみ椅子製作(午前9時～)
 ▷材料代 800円 定員20名
 ○2部 プランター制作・花台制作(午後1時～)
 ▷材料代 500円 定員各10名
 1、2部ともに2～3時間で終了予定
 ▷ところ 奈良県建築組合北葛支部(市場720-3 市立病院前通100m西)
 ▷申込方法 8月5日(月)～9日(金)の午前9時～午後5時に、電話で建築組合北葛支部へ ※先着40名
 [建築組合北葛支部 ☎52-4035]

開催します

●危険物取扱者保安講習

▷とき 9月13日(金)
 ▷ところ 奈良県中和労働会館(西町1-60)
 ▷申込受付期間
 8月19日(月)～23日(金)

講習案内は高田消防署にあります。詳しくは、高田消防署予防第2係へ。

[高田消防署 ☎25-0119 内線25]

●第23回奈良矯正展

▷とき
 9月7日(土) 午前10時～午後4時
 9月8日(日) 午前10時～午後3時30分
 ▷ところ 奈良少年刑務所 構内(奈良市般若寺町18)
 ▷内容 刑務所作業製品の展示即売、施設見学、受刑者の文芸作品の展示など
 [奈良少年刑務所 ☎0742-22-4960]

●夢咲まちづくりセミナー&座談会

▷とき 9月8日(日) 午後2時～午後4時
 ▷ところ 専立寺本堂
 ▷内容 「奈良町の会所」映画と話しーうけつぐ祈りとつどいー
 ▷講師 有安美加さん(奈良まちづくりセンター理事)
 ▷対象 町の伝統行事に興味がある人
 ▷定員 30名程度
 ▷参加費 無料
 [夢咲塾 上嶋晴久 ☎23-2245]

お知らせ

●消費生活センター中南和相談所 受付時間の変更

サマータイムの実施により、下記の期間中、相談受付時間に変更になります。

▷期間 7月1日(月)～8月31日(土)
 ▷受付時間 午前8時30分～午後4時(月～金曜日)

[県消費生活センター
 中南和相談所 ☎22-0931]

●8月は「電気使用安全月間」

夏場が増える電気事故を防ぐため、電気はムダなく安全に使うよう心がけましょう。

[財関西電気保安協会 奈良支店
 ☎0742-32-1371]



広告欄

広告欄