

# やま と た か だ



元気な高田  
誇れる高田

片塩小学校の「ゴーヤ収穫祭～おにぎりパーティーをしよう～」(9月7日撮影)

2016  
**10**  
No.977

## INDEX

- プロジェクトSyokuiku ①～② こども園・幼稚園・保育所募集要項 ③～④
- 「男女共同参画をテーマにした“つぶやき”」募集 ⑤ 土地売却のお知らせ ⑥
- ご注意を!トラクター・コンバインなどで公道を走る時 ⑦ 消費生活センターから ⑧ いま市立病院では ⑨
- 人権シリーズ ⑩ BOOKサロン ⑪

# プロビントプロジェクト Yokukau

## 育てる・食べる・学ぶ

今、子どもたちの「食」が問題となっています。偏った栄養をとったり、朝食を食べなかつたりなど、食生活が乱れています。また、肥満や痩せすぎなど、健康に関する問題も深刻になっています。こうした現状を踏まえ、国では平成17年に食育基本法、平成18年に食育推進基本計画が制定されました。子どもたちが、食に関する正しい知識と、望ましい食習慣を身につけることができるよう、各学校でも積極的に「食育」に取り組んでいくことが重要とされています。

### 食育とは？

「自らの食について考える習慣や、食に関するさまざまな知識と食を選択する判断力を、いろいろな経験を通じて、楽しく身につけるための学習などの取組」のことを言います。食育は、国民一人ひとりが豊かな人間性を育み、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保などを目的としています。あらゆる世代の国民に必要なものであり、生涯にわたって健全な身体を培い、豊かな人間性を育んでいく基礎となるものです。

本市も、平成22年に「元気はつらつ大和高田21計画」(平成16年に策定)の中間見直しを行い、「食からはじまる笑顔と健康」と題して、大和高田市食育推進計画を策定しました。平成28年5月には、「第2次元気はつらつ大和高田21計画」を策定しました。

「こころ、からだともに、元気はつらつ大和高田市民をめざすために、栄養・食生活の分野では、食を楽しみ、望ましい食習慣を身につけ、食べる力や、健やかな心と身体を育むことができような取組をめざしています。」



### 食育推進計画の基本方針

- ① 食を楽しみ、食を大切にする気持ちをもつ  
家族や友だちと一緒に食事をする  
こと、食に興味を持つ良い機会となり、基礎的な食習慣や、食の知識、技術を身につけると  
いう重要な役割があります。食を通じてコ  
ミュニケーションをはかりましょう。
- ② 食を通じて、良い生活習慣を身につける  
幼少期からの生活習慣は、大人になつて  
もなかなか改善されにくいものです。規則  
正しい生活習慣を身につけ、口の健康につ  
いても良い生活習慣を身につけましょう。
- ③ 性別・年代に関わらず、料理ができる力  
みにつける

料理ができる力は、性別、年代に関わらず、心身の健康のために、とても重要な力です。栄養バランスを考へることや、適切な食事量、調理技術を身につけましょう。

### ④ 身近な食文化や、食の歴史に関心をもつ

食文化は、その地域それぞれの特性を活かし受け継がれています。大和高田市でとれる特産野菜を、市民に普及・啓発して、地産地消の取組を学びましょう。

### 食に関する『体験学習』

食育行政の取組のひとつとして、市内小学校を対象に、「体験学習」を行っています。「好きなものばかり食べる」「孤食」や「欠食」など、さまざまな食の乱れ、食べることの大切さや、食べ物への関心が薄れてきている状況を改善しようとするものです。子どもたちの望ましい生活習慣の確立には、乳幼児期・少年期からの関わりが大きいと考え、食を通じた体験と学習、教育ファーム(農業体験)とおし、農に親しみ、食に関わる人たちの活動への理解を深めること)などに取り組んできました。

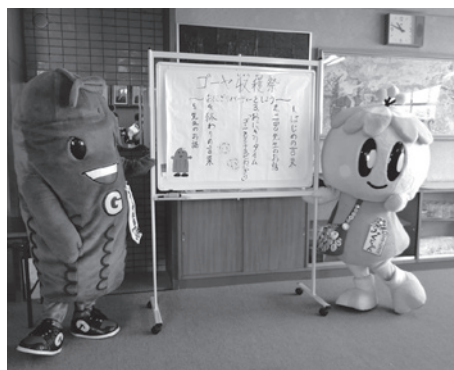




二宮先生の、「旬」についてのお話



食育ボランティアと学習ボランティアのみなさん

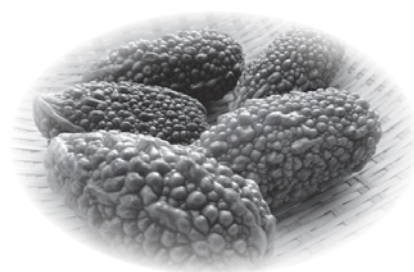


福知山環境会議の「ゴーヤ先生」と、大和高田市マスコットキャラクター「みくちゃん」も参加しました。



まぜごはんをラップに巻いて、おにぎりを作ります。

9月7日(水)、片塩小学校で「ゴーヤ収穫祭」おにぎりパーティーをしよう」が行われました。これは、6月6日に実施した「みどりのカーテン植付けセミナー」で、4年生の子どもたちが植付けしたゴーヤがみどりのカーテンとなり、たくさん実が収穫できたことから、食育学習の一環として行われたものです。収穫したゴーヤを食育推進ボランティアの人たちが調理し、みんなで「ゴーヤスタミナまぜおにぎり」を作って食べました。



現在は、モノがあふれている時代です。コンビニエンスストアやファストフード店などの普及により、簡単に食事を買えるようになりました。また、インターネットでも、簡単に日々の食品を購入することができます。便利になった分、食に対する興味は増えたものの、栄養に対する認識は、希薄になってきたのではないのでしょうか。  
未来を担う子どもたちが、楽しく学んで、楽しく食事をとり、健康な身体をつくっていくことが、大切です。



片塩小学校 栄養教諭  
二宮美代子

食に関する指導の全体計画に基づいて、食育体験を実施しています。育てたものを食べるだけでなく、食事バランスを考えた買い物体験や、地場産野菜の紹介など、楽しみながら食を学ぶ工夫をしています。この計画は、各学年の授業で習ったことを、聞いたことと連動させて、ひとつの流れになるようにしています。地場産野菜の話を目元に人に聞いた時は、大和高田市の特産野菜を目で見て、さわりました。かなり興味があったのか、自分で育てたものでなくても、意識的にその野菜を食べるようになったようです。



片塩小学校 校長  
磯川清栄

平成28年4月に、食育推進ボランティアを創設しました。これらの食育の取組は、ボランティアの人たちの協力があつてこそ成立しています。子どもたちだけでなく、大人も一緒に、栄養について考えてもらいたいです。家に帰っても、子どもたちがみんなで、「今日はこんなことやったよ」「こんなこと教えてもらったよ」と話題にして、みんなで食育に取り組んでもらえたら嬉しいです。

## こども園・幼稚園

### 保育所募集要項

(私立幼稚園を除く)

▽申込書類の配布開始日

10月3日(月)

※書類の配布・提出場所は、下の各施設の表を見てください。

▽受付期間

10月17日(月)～21日(金)

※期間内の申し込みを優先して、選考・調整します。

▽入園(所)対象児の生年月日

・幼稚園(浮孔西幼稚園を除く)

平成23年4月2日～平成25年4月1日

・こども園(教育認定)・浮孔西幼稚園

平成23年4月2日～平成26年4月1日

※「こども園(教育認定)」とは、こども園の幼稚園相当のクラスのことです。

・こども園(保育認定)・保育所

平成23年4月2日以降

※入所(園)できるのは、満6か月をむかえた日以降の、月の初日からです。

・育児休業や妊娠中で、平成29年度途中に職場復帰する人も、期間内に申し込んでください。

## 保育所(園)・こども園

▽申込書類の配布場所

市役所保育課、各保育所(園)・こども園

▽申込書類の提出先・受付時間(第1希望の施設へ提出)

施設名	受付時間
高田こども園・土庫こども園 片塩保育所・浮孔保育所	午前7時30分～午後7時
天満保育所・みどり保育所 磐園保育所・高田西保育所	午前7時30分～午後6時
つぼみ認定こども園	午前8時30分～午後4時30分
三倉堂保育園	午前8時30分～午後6時
よのもと保育園	午前9時30分～午後4時
かなえ保育園	午前9時～午後4時

▽保育所・こども園(保育認定)の利用

要件

父母いずれも(父母と別居している場合は、児童の面倒をみている人)

が、仕事や病気などで児童を保育することができない場合

▽選考・調整方法

・保育所・こども園(保育認定)

「保育利用調整基準」により、優先度の

高い児童から入所(園)を決定します。

・こども園(教育認定)

幼稚園の入園優先順位に準じて、入

園児童を決定します。

※定員に余裕がない場合は、第2希望

以下の施設の利用相談となります。

▽保育時間

私立施設は、各施設に直接問い合わせ

てください。

・公立保育所・こども園(保育認定)

原則、午前8時30分から午後4時30

分(土曜日は正午まで、日曜・祝日は

休み)

※施設により、基本時間外保育を行っ

ています。

・公立こども園(教育認定)

午前8時30分～午後2時(土日、祝日

は休み)

※預かり保育：教育時間終了後～午後

4時(月5回まで)

▽必要書類(第1希望の施設へ提出)

①申請書(本人確認書類と、マイナンバーの確認書類の提示が必要)

②父母などの保育理由証明書(保育認定のみ)

③保育利用調整基準(保育認定のみ)

④基本時間外保育利用申請書(保育認定の該当者のみ)

⑤食物アレルギーの診断書(該当者のみ)

⑥障害者手帳のコピー(該当者のみ)

⑦診断書(子どもが、子ども家庭相談セ

ンター、リハビリセンターへ通って

いる人)

⑧(特別)児童扶養手当証書のコピー

(該当者のみ)

⑨健康調査票(公立施設のみ)

▽こども園の募集予定人数

【保育認定】

・高田こども園：0歳(6名) 1歳(4

名) 2歳(2名) 3歳(3名) 4歳(2

名) 5歳(1名)

・土庫こども園：0歳(6名) 1歳(4

名) 2歳(8名) 3歳(12名) 4歳(8

名) 5歳(6名)

【教育認定】

・高田こども園：3歳(35名) 4歳(3

名) 5歳(2名)

・土庫こども園：3歳(25名) 4歳(14

名) 5歳(14名)

※同じ施設で、保育認定・教育認定の一方の申し込みが募集人数を超え、一

方が募集人数に満たない場合、募集人数に満たない人数分、募集人数を超えた区分の児童に入園していただきます。受付期間外の2次募集は行いませんが、調整後も空きがある場合は、随時申し込みを受け付けます。園児の退園などにより、入園者数が変動することがあります。

#### ▽入所(園)の内地

平成29年2月に通知予定

※提出書類や記載内容に虚偽があった場合は、内定を取り消します。

#### ▽保育料の決定

・4月～8月分：平成29年3月に通知予定

・9月～3月分：平成29年8月に通知予定

※保育料を滞納すると、督促手数料・延滞金の徴収、財産などの差し押さえを行います。

〔保育課 内線566〕



## 幼稚園

▽受付時間、募集年齢・定員

施設名	受付時間	募集年齢・定員
片塩・浮孔・磐園・陵西・菅原幼稚園	午前9時～午後5時	4・5歳児 ※3歳児は募集していません。
浮孔西幼稚園	午前9時～午後5時	3歳児 30名 4歳児 12名 5歳児 4名

※浮孔西幼稚園の3歳・4歳児クラスが定員に達した場合、次年度の4歳・5歳児クラスの募集を行わない場合があります。

※3歳児クラスにおいて、園児数が20人を超えた場合は、2クラスに分けて保育を行います。ただし、募集期間内に申込者数が20人を超えなかった場合は、1クラス運営とするため、20人を超えるの追加の募集は行いません。

▽保育時間 月～金曜日

午前8時30分～午後2時

※預かり保育：教育時間終了後～午後4時(月5回まで)

#### ▽費用

●保育料：月額6,300円を上限とし、市町村民税課税額を算定基準として決定

●4月～8月分：平成29年3月下旬ごろに通知予定

●9月～3月分：平成29年8月下旬ごろに通知予定

●給食費：月額4,100円

●その他に保育材料などの諸費が必要。

▽必要書類(入園を希望する幼稚園に提出)

【必ず必要なもの】

①入園願書

②支給認定申請書

※記入には印鑑、入園する子ども・保護者およびその配偶者のマイナンバーが必要。また、提出のときに、提出者の本人確認書類、保護者のマイナンバー番号確認書類の提示が必要。

【該当者のみ必要なもの(保育料の算定に必要な書類です)】

③平成28年度市町村民税(非)課税証明書(平成28年1月1日に大和高田市に住民票がなかった人)

④障害者手帳・療育手帳のコピー(子どもまたは同居の親族が該当する場合)

⑤(特別)児童扶養手当証書のコピー

※④または⑤を提出した人は、収入状況に応じて保育料が減額となる場合があります。

況に応じて保育料が減額となる場合があります。

▽浮孔西幼稚園の入園優先順位(基準日：10月1日)

申込者数が募集人員を超えた場合は、募集期間内の申込者の中から、次の優先順位で入園を決定します。この方法によっても募集人員を超えている場合、同基準内で抽選により決定します。

・第1優先順位 入園を希望する園に、すでに兄弟・姉妹が在園(現5歳児は除く)している人

・第2優先順位 入園を希望する園の小学校区に在住する人、または通園距離が0.5km未満の人

・第3優先順位 通園距離が1.0km未満の人

・第4優先順位 通園距離が1.5km未満の人

・第5優先順位 通園距離が2.0km未満の人

※応募した幼稚園が、申込者多数により入園できなかった人は、他の幼稚園の定員に空きがあれば希望により入園することができます。

〔学校教育課 内線151〕

# 「男女共同参画をテーマにしたつばやき」募集

家庭・地域・学校・職場など、身近な暮らしの中で感じる「つばやき」を、つばやいてみませんか。

「ヒート ハート たかだ」では、市民の皆さんに、男女共同参画について考えてもらう機会になればと「男女共同参画をテーマにした「つばやき」を募集します。楽しい作品を待っています。

## ▽応募規格

①男女共同参画をテーマにした「つばやき」(100文字以内)

②未発表で自作のものに限ります。

③一人何点でも応募できます。

④応募作品の著作権は大和高田市に帰属し、返却しません。

▽応募方法 10月3日(月)～31日(月)までに、はがき、封書、FAX(☎52・2800)、またはメール(genda@city.yamatotakada.nara.jp)に、応募作品・住所・名前・年齢・電話番号を書いて、男女共同参画推進係(〒635・8511 大中100番地)へ。

※メールで応募する場合は、件名(タイトル)に必ず「男女共同参画をテーマにした「つばやき」と書いてください。

▽選考方法 ヒート ハート たかだ運営委員と人権施策課で選考を行います。

▽結果発表 採用作品は、市ホームページで発表し、平成29年2月開催予定の「女と男ハートアップフォーラム」の中で、ヒート ハート たかだ運営委員が上演する寸劇テーマに活用します。

応募作品は、市ホームページや当イベント会場さざんかホールの小ホール前で紹介する予定です。また、採用された人には、賞状および記念品を贈呈します。

〔人権施策課男女共同参画推進係 内線287〕

## ◎中小企業への融資

市内中小企業の経営の安定をはかるために、保証料および利子の一部を補給します。金利などに負担を感じている人にとって、安心して利用してもらえる制度です。まずは、金融機関に相談してください。

### ●市特別融資

対象者	・1年以上市内に住所を有している個人 ・1年以上市内に住所を有し、市民税が課税されている法人
融資限度額	設備資金 1,500万円 運転資金 1,000万円
融資期間(据置期間)	設備資金 7年(6か月以内の据置期間を含む) 運転資金 5年(6か月以内の据置期間を含む)
保証料	不要(市で全額負担)
利子補給率	貸付利率の2分の1以内(年率1%を限度とする)

### ●小口融資

対象者	・1年以上市内に住所を有している個人 ・1年以上市内に住所を有し、市民税が課税されている法人
融資限度額	500万
融資期間(据置期間)	設備資金 7年(6か月の据置期間を含む) 運転資金 5年(6か月の据置期間を含む)
保証料	不要(市で全額負担)
利子補給率	貸付利率の2分の1以内(年率1%を限度とする)

### ●創業支援

対象者	・市内で創業する具体的な計画がある人 ・市内で創業後、1年未満の個人または法人
融資限度額	1,000万円
融資期間(据置期間)	設備資金 7年(6か月以内の据置期間を含む) 運転資金 5年(6か月以内の据置期間を含む)
保証料	不要(市で全額負担)
利子補給率	貸付利率の2分の1以内(年率1%を限度とする)

## ◎市内事業者への奨励金

市内に新たに商業施設、または工業などの施設を設置する事業者には、奨励金を交付します。開業前に申請してください。

### ●施設設置奨励金

対象事業	商業施設・工業などの施設
要件	新設、増設、移転にともなう建物および償却資産の取得に要した費用が3,000万円以上。
奨励金	建物および償却資産の固定資産税額の5割相当額を5年間交付する。

### ●雇用促進奨励金

対象事業者	上記の施設設置奨励金該当事業者で、開業日の90日前後の間に、市内在住者を正規従業員として雇用し、1年以上継続雇用している事業者
奨励金	従業員1人につき20万円(限度額1,000万円)を1回限り交付する。

詳しくは、下記へ問い合わせください。  
〔産業振興課 商工振興係 内線248〕



# 土地売却のお知らせ

下記物件を、一般競争入札により売却します。

## ●市有地

所在地	地積(m <sup>2</sup> )	地目	用途地域	現況	最低売却価格(円)
大字大谷572番1	2095.73	宅地	市街化調整区域 都市計画法第34条第11号 指定区域	建物付	45,690,000
東雲町965番6	282.24	宅地	市街化区域 第一種住居地域	更地	8,552,000
曙町747番4	111.67	宅地	市街化区域 第一種住居地域	更地	2,535,000
曙町798番10	140.37	宅地	市街化区域 第一種住居地域	更地	3,018,000
曙町685番3	243.72	雑種地	市街化区域 第一種住居地域	更地	4,908,200
曙町685番5	272.37	宅地	市街化区域 第一種住居地域	建物付	4,267,000
曙町800番13	158.66	宅地	市街化区域 第一種住居地域	更地	2,973,040
曙町809番14	296.39	宅地	市街化区域 第一種住居地域	更地	5,853,000

現状有姿での売却とします。

### ▷申込者の資格・条件

詳しくは、市ホームページで確認してください。

### ▷参加申込期間

10月11日(火) 午前9時～11月17日(木) 午後5時 ※土・日曜日・祝日は受付しません。

### ▷入札の日時・場所

11月22日(火) 午前10時から 市役所別棟2階会議室

[財産管理課 内線216]

## 市町村と県との不動産合同公売の実施

売却区分番号	地名	地番	地目	地積	見積価格	公売保証金
大和高田市-1	大谷	249番	宅地	376.85m <sup>2</sup>	6,926,000円	700,000円
大和高田市-2	出	69番3	田	487m <sup>2</sup>	2,809,000円	290,000円

※上記の“大和高田市-2”は農地のため、買受適格証明書が必要です。

### ◎合同公売の日程

#### ▷とき 11月1日(火)

- ・公売保証金の受付 午前10時～10時30分
- ・入札期間 午前10時40分～11時
- ・開札時間 午前11時

#### ▷ところ 奈良県橿原総合庁舎内1階会議室(旧耳成高校跡)

詳しくは、市ホームページを確認、または市役所収納対策室まで問い合わせてください。

[収納対策室 内線236]



市内に商店街はいくつかありますが、踏み切りがあるとこちらは、限られています。さて、ここはどこでしょう。答えは、うしろのページにあります。



## ご注意を！ トラクター・コンバイン などで公道を走る時

大きな泥のかたまりが道路に落ちると、歩行者やバイク、自転車、車いす、シニアカーなどの通行の妨げになり大変危険です。また、土ほこりで近所の迷惑にもなりますので、作業を終えたら必ず泥を落とししてください。

〔産業振興課 内線246〕

## 住宅用火災警報器の 設置をお願いします

住宅用火災警報器を自宅に設置していますか。住宅火災による死亡原因の約6割が逃げ遅れによるもので、非常に高い割合になっています。また、住宅火災による死者の半数以上が、65歳以上の高齢者という状況です。住宅用火災警報器の設置および維持が、消防法により義務付けられています。

住宅の中で設置が義務付けられている場所は、寝室と寝室が2階などの場合には、階段の踊り場です。住宅用火災警報器を設置していたことにより、いち早く火災の発生に気づき、大事に至らなかつた事例も多くあります。

ます。

一方で、消防職員を名乗り、法外な金額を請求する悪質な業者による被害も報告されています。消防職員が住宅用火災警報器を販売することはありませんので、十分注意してください。

〔高田消防署 ☎25・0119〕

## 農業制度資金を 利用する人へ

本市では、市内の担い手農家などの経営の安定を図るために、保証料および利子の一部を補給します。農業制度資金の利用を考えている人は、条件や審査がありますので、産業振興課農業振興係まで問い合わせてください。

〔産業振興課 内線246〕

## ごみの野外焼却(野焼き) はやめましょう

市役所に「近所でごみを燃やしていて、煙や悪臭で困っている」といった苦情が多く寄せられています。

「ごみを燃やすと」、「洗濯物に臭いがついて困る」、「悪臭により気分が悪く

なった」、「煙が部屋に入るので、窓を開けられない」など、近隣住民とのトラブルや、不完全燃焼により有害物質を発生させる原因にもなります。

有害物質を出さないため、また、煙や悪臭で近所に迷惑をかけないためにも、野外でゴミを燃やさないでください。これは、「廃棄物の処理および清掃に関する法律第16条の2」の規定により、一部の例外を除いて禁止されています。

違反すると、5年以下の懲役、もしくは1,000万円以下の罰金、またはその両方が科せられます。

平成13年にダイオキシンなどの化学物質発生を抑制するため、廃棄物処理法が改正され、化学物質が発生しない仕組みの構造基準適合炉以外での焼却は禁止されました。

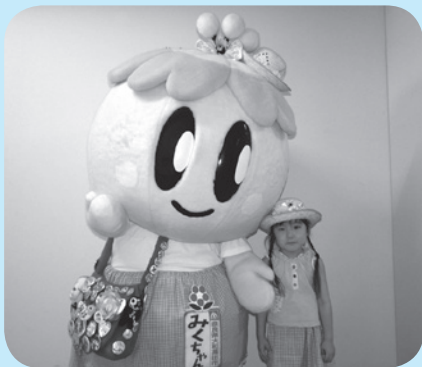
これにより、簡易焼却炉(ドラム缶、ブロック製の炉など)の使用も、法律違反になります。

家庭から出るごみや、家庭菜園などで出たごみは、少量であれば指定ごみ袋に入れて、燃えるごみの日に出してください。多量の場合は、直接クリーンセンターに持ち込んでください(有料)。

〔環境衛生課 内線2801〕

## かわいい服を いただきました♪

8月30日(火)、大和高田市マスコットキャラクターみくちゃん、が、ファンから素敵なプレゼントをいただきました。さっそく帽子・Tシャツ・スカート・髪飾りを付けてみました。今後、出演するイベントなどで、着用します。



おそろいの服と帽子でにっこり



# 消費生活センターから

## ヤミ金融の甘い誘いに 乗ってはいけません！

消費者金融から多額の借金があり、生活に困っていた。チラシ広告に出ていた、「ブラック(新たに融資ができない状態)融資OK」という貸金業者に30万円の融資を申し込んだ。住所、氏名、勤務先や家族構成などを聞かれ、審査を受けたところ、「通常なら融資は無理だが、携帯電話をあなたの名義で契約してくれたら30万円を融資する」と言われた。一旦電話を切ったが、よく考えると怖くなったので放置していたら、「契約は成立している」と言われて、職場や家族にも執拗に電話がかかり、困っている。

(30代男性)

ヤミ金融とは、出資法の上限比率である年20%を超えた高金利で貸付けを行うものや、貸金業法で義務付けられている「貸金業登録」をしないで貸金業を営む、違法な行為を行うものをいいます。**ヤミ金融は、犯罪行為です。絶対借りてはいけません。**簡単に融資が受けられるかのような、甘い言葉が並べられたダイレクトメール、電子メール、チラシ広告を見て、安易にお金を借りるのは非常に危険です。一度借りたら、借金は雪だるま式に膨れ上がり、また執拗な取り立てに苦しむことになります。

多額の借金があり返済困難な場合は、さらにお金

を借りるのではなく、債務整理を考えましょう。ヤミ金融が行う超高金利な貸付けは、契約自体が無効となります。また、裁判例では貸付と回収行為を違法として、借り手は支払いをする義務がないうえ、ヤミ金融に支払った元本と利息の全額を返還請求できるとしています。

### 悪質な業者の例

#### 1. 登録詐称業者

広告の登録番号の表示に、架空の登録番号や他の貸金業者の登録番号を使用する。

#### 2. 090金融

勧誘のチラシには、携帯電話の番号と業者名しか書かず、正体を明かさなのまま、違法な高金利で小口の融資を行う。

#### 3. 押し貸し

契約もしていないのに、勝手に銀行口座に現金を振り込み、法外な高金の利息などを請求する。

#### 4. 融資保証金詐欺

融資申し込みをすると、「信用度を確認する」「保証料」などの名目で、先払いを要求し、結局は融資をしない。

#### 5. 年金担保金融

「年金立替」「年金融資」などの広告をし、年金証書や銀行預金通帳、銀行印などを預かることにより、年金を担保に取り、年金生活者を食い物にする。

最近、事例のようにスマートフォンなどの携帯電話を契約させ、引き替えに融資を持ちかける、悪質なヤミ金融の相談が増えています。業者に渡した携帯電話が、振り込め詐欺などの犯罪に利用されることもあります。絶対に、やめてください。



危険！前方不注意



自動車にぶつかったら、命に関わりますね・・・



面白いアプリがでたよ！

そうだね。面白いアプリほど、熱中してしまう人が多いだろうから特に気をつけないとね。

ほう。それならわしもダウンロードしてみようかのう



ぜひ、やってみてください！



気をつけますところで、早く一緒にさっきのアプリで遊びましょう！

ただ、アプリに夢中になるあまり、歩きながらやっちはいけないよ

そんなに急がなくてもいいのに



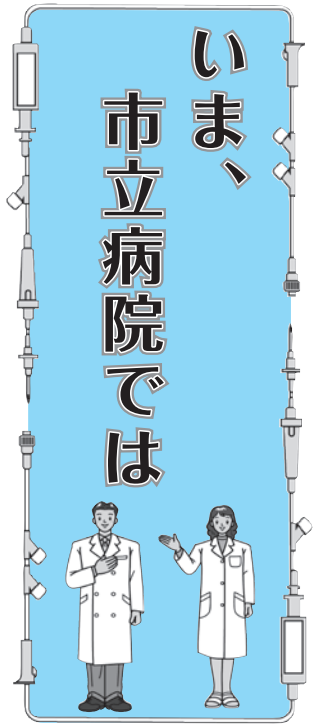
あー、最近増えていますね・・・かなり危ない場面も見ることがあります



ダウンロードしたら最初の画面で「JKHA123」って入れてね！

一般的に「歩きスマホ」と言われているんだけど、人や自動車などとぶつかるケースが多いのじゃ

友だち招待特典が目的か・・・



## ホームページが 新しくなりました

本年6月に、大和高田市立病院のホームページをリニューアルしました。見てもらえましたか。最近では、各病院の活動状況を知りたいときには、ホームページを見ます。『こんな先生がいるんだ』とか、『こんな催しがあるのか』など、いろいろな発見ができるのがホームページです。

大和高田市立病院のホームページは、予算の問題などから、長い間作りで運用してきました。担当のスタッフが、他の業務の合間を縫って、独力でがんばってきましたが、このたび外部委託でリニューアルしました。今回のホームページは、スマートフォンでも

閲覧可能です。リニューアルした目的は、わたしたちの病院の現状を広く知ってもらうためです。大和高田市立病院は、市民だけでなく、広く中和地域の住民の皆さんの診療も行っています。市立病院に、どのような医師が在籍し、どのような治療が可能なのかを知ってもらいたいです。また、住民の皆さんに対し、それぞれの診療科が専門的な治療を行っているだけでなく、糖尿病教室や、さまざまな市民公開講座などを主催し、住民の皆さんの健康管理や啓発活動も積極的にを行っています。毎年開催している『中和のがん撲滅を目指す会』には、本年度は250人の人が集まりました。これらの開催

予告や、開催後の報告にも、ホームページは有用です。さらに病院では、スタッフだけでなく、ボランティアの皆さんにも活躍してもらっており、活動状況もホームページで見ることが出来ます。ホームページを通じて、皆さんに市立病院のことを知ってもらえれば幸いです。

今回は、ホームページについて紹介しました。残念ながら、当院には広報専任の担当者がいまないので、ホームページもまだまだ十分に内容を充実できているとは言えません。病院スタッフ一同、市立病院がもっと良くなるようにがんばりますので、温かい支援をお願いします。

なお、10月15日に恒例の『健康いきいきフェスタ』があります。皆さん、誘い合わせて、参加してください。

大和高田市立病院院長

岡村隆仁

〔市立病院〕 ☎53・2901

## 健やかな毎日を おくるために



天満診療所  
医師 梅本典江

### 「ウォーキングで健康長寿」

ようやく、過ごしやすい季節になってきました。健康のために、少し体を動かしてみませんか。おすすめは、ウォーキングです。

ウォーキングは代表的な有酸素運動のひとつ。その効果は、①脂肪燃焼②コレステロールや中性脂肪の低下③心肺機能の向上④血圧低下⑤筋肉量・骨密度を上昇⑥脳細胞の活性化⑦リラックス効果と、さまざまです。生活習慣を予防・改善し、骨粗鬆症（こつしょうしょう）の予防、転倒・骨折防止にもつながります。また、認知症の予防にも有効です。

目標は1日7,000歩、8,000歩、うち20分は速歩きをめざしましょう。万歩計をつけたり、スマホの歩数計アプリを利用して、普段の生活で何歩ぐらい歩いているかをチェック。そして、まずはその歩数プラス1,000歩（約10分間の歩行）を目標に、日常生活の中で歩くことを取り入れてみませんか。ウォー

キングの前には、準備運動として軽く体をほぐす体操や、ストレッチを。そしてウォーキング中には、適切な水分補給もお忘れなく。

エレベーターやエスカレーターを使わずに、階段を上り下りする。スパーの駐車場では、わざと遠いところに車を停める。適度に日光を浴びながら散歩を楽しむ。こんなことでも、十分に効果があります。足腰が弱くて歩くのが難しい人は、座ってできるテレビ体操や、テレビを見ながら足踏みをしたりしてもいいですね。

毎日の少しずつの積み重ねが、健康長寿につながっていくのです。

### 天満診療所健康教室

▽とき 10月20日(木)

午後1時～2時

▽ところ 天満診療所

▽テーマ 「薬の知識と自己管理」知っておきたい薬の作用・副作用

▽講師 梅本典江

（天満診療所医師）

〔天満診療所〕 ☎52・5551



## 人権シリーズ 163

「露の新治さんからのメッセージ」  
「人間ちゅうもんは……」



奈良市在住の「露家」露の新治さんが、このたび県人権文化選奨・文化庁芸術祭優秀賞を受賞しました。新治さんは、若かりしころ教員として夜間中学校創設に尽力。その後、断家になり、さまざまなる人権講演会だけでなく、市内の先生の研修などにも長年お力添えをいただきました。今回は、本人の了解を得て、著書「お笑い人権講座」より、以下の文章を紹介します。

害者みたいにくうてますけど、そんな車が集まって自分で渋滞、作つてるんです。そののみにんが、自分の車だけ関係ないと思ってる。だからばやくのです。「今日に限ってなんでこんなに混むねん」(あなたが来るからや) エレベーターが満員。最後の一人が乗り込んだ時、「ビーン」と鳴る。あれ、誰がならしたんか?ほんまは全員で鳴らしてるんです。けど絶対、最後の一人が総責任者にされます。また最後に乗った人も自分が鳴らしたみたいにしきに謝つてしまいます。「アッ。すみません」私とつきにゆうてしまいました。「いやあなた一人で鳴らしたんやおませんで。乗ってるもん全部で鳴らしたんや。」

自分のことがわかるゆうのはほんまに難しいことですね。…… 軽妙な語り調の文章ですが、大変重要なことを教えてくれます。これまで、人権の問題を考える時、その基本として、◎自分をしっかり見つめる。◎しかしなかなか見つめられないという自覚を持つ。◎他人の悲しみや苦しみを、自らのこの様に感じようとする。 ◎その時々、別の立場や視点からも、物事をとらえ返してみよう。

といったことを、大事にしようとして確認し合っていました。新治さんのメッセージは、見事にそのことを伝えてくれているように思います。

「人権施策課 内線276」

## おしえてく生活困

生活困窮者自立支援法 就労支援多様なネットワーク

今回の相談者は、45歳男性Kさんのお話です。「過去に過ちを犯し罪を償い、刑務所より出所してきたが、仕事があるように見つかからない」という相談でした。Kさんは出所後、知人を頼り、住み込みで仕事(日雇い)の手伝いをさせてもらっていました。しかし、腰の持病が悪化して、その仕事も断念せざるを得なくなりまして。Kさんは、このままではいけないと思ひ、職業訓練を受け、就職をめざすことにしました。しかし、ハローワークの訓練給付金も、訓練してこそ給付を受けられるもので、1か月先まで収入が無く、行き詰まっています。市の社会福祉協議会の緊急小口貸付制度(利用条件には制約あり)を利用し、まとまった金額を貸し付けてもらおうと、Kさん

は職業訓練に打ち込むことができました。実は、Kさんには結婚を考えている女性がいて、今まで迷惑をかけた分、安定した生活を現現してあげたいと考えているのでした。

約3か月の職業訓練を終了したときがスタートラインです。ハローワークでの職業訓練のあとは、就労支援という形で支援をしていきます。自分の人生、どういう風に生きていきたいかイメージして、それが叶うように、共に頑張っていくましようね。

自分自身、家族のこと、地域で気になる人や子どものこと、どんなことでもまずは一度お話を聴かせてください。

ここから始まる。

生活困窮者自立支援係 ☎44・3111(直通)

# BOOK

サロン



## 新着図書のご案内

### 「治部の礎」

吉川 永青 著／講談社



天下人をめざす秀吉のもと、綺羅星の如く登場し活躍する武将たちを差し置いて、最も栄達した男、石田三成。戦国を終わらせ、この国を造る。三成の「義」は誰のためにあったのか。日本の礎を築いた男を描く歴史長編。

### 明日切腹させられないための図解

戦国武将のビジネススマナー入門

スエヒロ 著／KADOKAWA

### 世界の著名人が伝えていたヒロシマからの言葉

佐藤 美由紀 著／双葉社

### ときめく貝殻図鑑

寺本 沙也加 文／山と溪谷社

### あなたの脳は一生あきらめない!

奥村 歩 著／永岡書店

### すべて作れて着まわせるやさしい服

born 著／日本ヴォーグ社

### 「しゃべり」

竹中 マユミ 絵／偕成社



1000円だまの言葉が聞こえるようになったゆつたるうは、その1000円だまに「ひやくくん」と名づけ…。もしお金に心があつたららこのという発想から生まれた、旅する1000円だま「ひやくくん」とゆつたるうはの友情のお話。

### これから戦場に向かいます

山本 美香 文／ポプラ社

### 世界のあいじつじつことば

稲葉 茂勝 文／今人舎

### 坂の上の図書館

池田 ゆみ 文／さ・えら書房

### アリスのうさぎ

斉藤 洋文／偕成社

### おばけのケーキ屋さんひみつのねがひ

SAKAE 絵／マイクログマガジン社

## 10月のおはなし会

### ◎絵本のおよみかき

- ▷とき 10月1日・15日(出) 10時30分から
- ▷ところ としょかん じどうコーナー

### ◎おはなし会

(担当:たかだおはなしろうそくの会さん)

- ▷とき 10月8日(出) 10時30分から
- ▷ところ としょかん2かい プレイルーム
- ▷たいしょう 4さいいじょう

- おはなし 「地獄からもどった男」
- えほん 「かにむかし」

### ◎えほんとうらべうたの時間(くら)

(担当:たかだおはなしろうそくの会さん)

- ▷とき 10月22日(出) 10時30分から
- ▷ところ としょかん2かい プレイルーム
- ▷たいしょう 3さいいか

- おはなし 「くしゃみ」
- えほん 「すてきなあまやどり」

## 催しのご案内

### ■図書館教養講座(後期)

前期に続き、大和高田市・葛城地区の製薬会社の人によるリレー講座(全2回)を開催します。内容は、漢方薬や生薬のこと、会社のことや地域への思いなどです。

	日程	講師
第4回	10月29日(出) 午前10時30分～正午	徳井教寛さん(寧薬化学工業株式会社社長)
第5回	11月26日(出) 午前10時30分～正午	小原喜博さん(成光薬品工業株式会社管理薬剤師)

- ▷ところ 中央公民館 1階視聴覚室
- ▷対象 一般
- ▷定員 40名(定員となり次第締め切ります)
- ▷費用 無料
- ▷申込方法 10月1日(出)から10月22日(出)までに、図書館カウンター、電話、FAXで受付(FAXの場合は「講座名、名前、連絡先」を書いてください)。

## お知らせ

市民交流センター(コスモスプラザ)2階、交流ロビーに返却ポストを設置しました。この返却ポストで、大和高田市立図書館の本・雑誌を返却することができます。

※ビデオ・DVD・CDなどの視聴覚資料、他館からの取り寄せ資料はポストでは、返却できません。

# 各種相談

困っていることや心配事など、ご相談ください。  
相談は無料で、秘密は守られます。  
※市外局番は、「0745」です。

<b>大和高田市役所</b>	
TEL.22-1101 FAX.52-2801	
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 FAX53-8201
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
天満診療所	TEL.52-5357 FAX52-5100
青少年課	TEL.23-1322 FAX23-2344
生涯学習課	TEL.53-6264 FAX53-6364
職域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
市民交流センター	TEL.44-3210 FAX44-3212
親と子のすこやか広場	TEL.44-3213 FAX44-3214
高齢者いきいき相談室	TEL.44-3215

- ◆消費生活相談 (要予約) 毎週月～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  
※6月・12月のみ第1火曜日 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)
- ◆母子父子相談 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 (☎ 23-5426)
- ◆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)  
・毎月第1・3・4・5木曜日 午後1時～4時  
奈良弁護士会 (☎ 0742-22-2035)  
※相談日の2週間前から前日までに予約
- ◆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 毎月水曜日 (第1水曜日を除く) 午後1時～4時  
※事前に問い合わせてください。社会福祉協議会 (☎ 23-5426)
- ◆健康相談・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～4時30分 (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  
第2土曜日 午後1時～3時50分 人権施策課 (☎ 22-1101)
- ◆住まいづくり相談 第3水曜日 午後1時～4時10分  
(第1水曜～第2水曜の間に予約:定員4名) 営繕住宅課 (☎ 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

水質が良くないと生きられないと言われるメダカ。実は、農薬や生活排水などの汚染に弱いだけで、自然物による汚染には強いので、市内の用水路にもいます。皆さんも見つけてみましょう。



久しぶりに映画館に行きました。映像が飛び出して、イスが揺れて、水に濡れて、風を感じて、香りが漂って…。まるで遊園地ですね。

旅をすると、山間の小さな集落に出会います。畑があって、季節の花が道路沿いに咲き、人々の静かな生活を感じます。しかし最近の気候変動は、こんな集落を孤立させ、避難せざるを得ない状況になることも。古くから続く集落の暮らしを守りたいです。

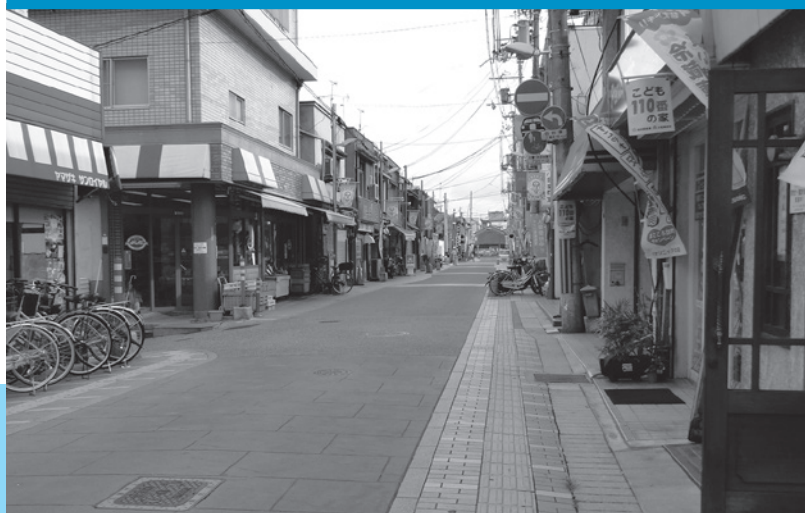


さんまの美味しい季節になりました。塩焼きが有名ですが、つみれにして骨ごと食べるのも美味しくてオススメです。ただ、最近は漁獲高が減っているようで、いつか高級魚の仲間入りをしてほしいかと心配しています。



## 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、子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。



写真は、昭和37年のころです。北本町の近鉄駅前商店街の北の端から南を向いています。当時の写真と今の写真を見比べると、道路の舗装や店の入れ替わりしか変化がないように見えますが、アーケードができて、撤去されるという大きな変化がありました。

ここ 何処？のこたえ