



INDEX

- いい汗かこう！スポーツイベント 他…… **1**
- 令和元年度
たのしく学ぼう!! 防災テーマパーク 他 **2**
- ヘルシーライフ…………… **3～4**
- くらしの案内…………… **5～6**
- お知らせBOX …………… **7～8**
- 情報アンテナ…………… **9～10**

街かどズーム



始まりました 新庁舎建設工事

平成28年4月から取り組んできた新庁舎建設事業は、新庁舎建設の「基本構想」、「基本計画」に基づいて「基本設計」、「実施設計」をまとめ、今年の9月から建設工事を開始しました。

令和3年3月中に工事を終え、同年7月に移転を予定しており、現在、基礎工事を行っています。

今後、最新の新庁舎建設工事の進捗状況を、市ホームページに随時公開していきます。どのような新庁舎ができるのか、楽しみにしながら見てください。

※市ホームページからは、「市政情報」→「新庁舎建設事業」→「新庁舎建設工事進捗状況」で見ることができます。

[令和元年10月7日撮影]



いい汗かこう！スポーツイベント

◎ふれあいスポーツ広場

▷とき 11月17日(日)

午前9時から総合体育館で開会式

▷種目

●ソフトバレーボール

▷ところ 総合体育館

▷募集チーム数

- ・一般の部(チャンピオンコース)

30チーム(1チーム8名編成)

※試合は4名で行う。そのうち、女性が3名以上コート内にいなければならない。

- ・一般の部(ふれあいコース)

12チーム(1チーム8名編成)

※バレーボール、もしくはソフトバレーボール女性経験者は1名以内。

※試合は4名で行う。そのうち、女性、もしくは小学生2名以上がコート内にいなければならない。

●グラウンドゴルフ

▷ところ 高田小学校

▷募集チーム数

- ・団体の部 16チーム(1チーム3名編成)

- ・個人の部 24名

※スコアラーと用具は主催者側で用意します。

※雨天中止(グラウンドの状態が悪い場合も中止の可能性あり)当日の午前7時30分に中止かどうかを決定。

▷参加資格 市内在住・在勤・在学の人

▷申込方法 11月11日(月)までに、総合体育館へ

●カローリング

新軽スポーツ種目「カローリング」の体験も総合体育館で同時開催

◎親子バドミントン大会

▷とき 12月7日(土) 開会式:午前9時から

(受付:午前8時45分から)

▷ところ 総合体育館

▷対象 子ども(小学生)と保護者(祖父母も可)で1チーム

▷定員 80組 ▷参加費 無料

▷申込方法 11月15日(金)までに総合体育館へ。

※組み合わせ、および競技の説明は大会当日に行います。

◎市町村対抗子ども駅伝大会代表選手選考会

▷とき 11月30日(土) (受付:午前9時～9時10分、開始:午前9時40分) ※小雨決行、雨天の場合12月1日(日)

▷ところ 総合公園多目的グラウンド周辺

▷対象 市内在住の小学5・6年生の男女で、令和2年3

月7日(土)に開催される本大会に出場できる児童

▷競技種目 男女共に約2,000m

▷申込方法 11月14日(木)までに、総合体育館へ。

※保護者の同意が必要です。申込み時に印鑑を持参してください。

※行事における傷病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて、一切の責任を負いません。

※上記すべての競技方法など、詳しくは右記へ。

〔総合体育館 ☎22-8862〕

みんなで応援しよう！市内小学校マラソン大会



下記の日程で、市内各小学校のマラソン大会が行われます。元気に走る子どもたちを、応援してください。

学校名	とき	コース
浮孔西小学校	11月20日(水) 午前8時35分～午後0時5分	学校敷地内
磐園小学校	11月21日(木) 午前8時30分～10時45分	大字有井周辺
浮孔小学校	11月27日(水) 午前9時～正午	学校および新池周辺
菅原小学校	11月27日(水) 午前9時30分～正午	学校周辺(大字根成柿)
高田小学校	11月28日(木) 午前9時～11時20分	大中公園敷地内及び大字大中周辺
陵西小学校	11月28日(木) 午前9時30分～11時30分	第二健民グラウンド敷地内および 大字野口周辺
土庫小学校	11月29日(金) 午前9時～11時	土庫小～広陵町浄水場手前 (明日香大和郡山自転車道)
片塩小学校	12月4日(水) 午前9時～午後0時20分	学校東側 常光寺池周回

※雨天の場合、日程が変更になることがあります。

※詳しいコースは、各学校へ問い合わせてください。

小学校からのお願い

マラソン大会当日は、学校敷地内だけでなく、小学校の周辺などもマラソンコースになります。児童の安全を守るため、コース付近を車などで走行するときは、十分に気をつけてください。皆さんの協力をお願いします。

〔学校教育課 内線151〕

令和元年度 たのしく学ぼう!! 防災テーマパーク

毎年11月に行っている大和高田市防災訓練を、今年は「たのしく学ぼう!! 防災テーマパーク」と名付けて、「たのしく体感、しっかり学ぶ」をテーマとして開催します。参加無料なので家族や地域の皆さんと一緒に防災を体感し、学びませんか。

テーマパーク内では、「学び」、「遊び」、「食」の3つのエリアに分かれており、幅広い年齢層の皆さんが楽しく学べるようになっています。

▷とき 11月24日(日) 午前9時30分～午後1時30分

※雨天時は中止または、催し物の内容が変更になることがあります。

※中止などの情報は、当日午前7時以降に、テレホンサービス(自動応答 ☎050-5865-1560・有料)で確認できます。

▷ところ 総合福祉会館およびその周辺

※当日の駐車場は、「総合福祉会館」と「さくら荘」、「高田西中学校(会場まで徒歩5分)」、「ハローワーク大和高田(会場まで徒歩7分)」を予定しています。

▷内容

- 「学び」のエリア：防災関係機関による機材などの展示、HUG【ハグ】(避難所運営ゲーム)の展示・体感、防災クイズ、応急処置体験実習(AED、止血方法など)、防災マメ知識ミニ講座、避難所で知っておきたい保健衛生など
- 「遊び」のエリア：自衛隊員・消防隊員になろう(写真撮影)、ハシゴ車の搭乗体験、消防ポンプ車の乗車体験、水消火器体験(マト当て)、土のう作り体験(重さぴったり賞あり)
- 「食」のエリア：赤十字奉仕団による炊き出し(試食)、災害時備蓄食糧の試食と展示など

他に、スタンプラリーも実施予定です。

※景品や試食の数、乗車体験などの回数には限りがあります。

〔危機管理課 内線226〕



年賀状用 みくちゃんイラストのダウンロード



11月中に、年賀状に使える、大和高田市マスコットキャラクター「みくちゃん」のイラストを市ホームページから無料ダウンロードできるようになります。

新年バージョンのかわいいデザインです。ダウンロードして、自由に使用することができます。新年の挨拶をみくちゃんのイラスト入り年賀状で届けてみませんか。



〔市民協働推進課 ☎44-3210〕

戦没者追悼式

世界の恒久平和を願うとともに、戦没者に対して心から哀悼の意を表し、ご冥福をお祈りするため、大和高田市の戦没者追悼式を行います。※誰でも参加できます。

▷とき 11月13日(水) 午後1時30分から

▷ところ さざんかホール 3階小ホール

※午前10時の時点で、警報が発令されている場合は中止。式典開催中に、警報が発令された場合も、ただちに中止。なお、中止の場合は、市ホームページでお知らせします。

◎送迎バスの運行経路

1号車 奈良農協天満支店前(午後0時10分発)→西坊城市場前(0時15分発)→出郵便局前(0時18分発)→近鉄浮孔駅バス停(0時25分発)→曾大根バイパス下JR 踏切東側(0時35分発)→東中バス停(0時40分発)→近鉄高田市駅(0時45分発)→さざんかホール

2号車 朝井酒店前(午後0時10分発)→北敷島町地藏尊前(0時15分発)→野口和里前(0時30分発)→陵西小学校正門前(0時35分発)→陵西市場バス停(0時40分発)→新田バス停(0時45分発)→さざんかホール

3号車 東部子ども会館前(午後0時10分発)→土庫小学校前(0時20分発)→松塚山陽プラスチック前(0時25分発)→やすえデンタルクリニック前(0時30分発)→池尻大和グリーンハイツ前(0時40分発)→セブンイレブン日之出町店前(0時45分発)→さざんかホール

※帰りのバスは、午後3時にさざんかホールを出発する予定です。

〔社会福祉課 内線535〕



子宮頸がん・乳がん検診は受けましたか

乳がんは30代から増え始め50代を中心に最も多くなります。30代から月1回の乳房の自己検診を行い、乳房の状態を知っておきましょう。しこりなど異常に気づいたら医療機関を受診しましょう。また、子宮頸がんは20代の発症が増加しています。乳がん・子宮頸がんとも早期に発見・治療をすれば治る病気です。そのため、20歳を過ぎたら子宮頸がん、40歳を過ぎたら乳がんを2年に1回定期的に受診することは大切です。

- ▷受診期間 令和2年2月末まで(定員になり次第締め切り)
- ▷受診場所 指定医療機関
- ▷対象
 - ・子宮頸がん検診 20歳以上
 - ・乳がん検診 40歳以上
- ※昨年度受診した人は対象外
- ▷申込方法 検診票がない人は、保健センターへ申込みしてください

い。後日、検診票を発送します。病院への予約方法など詳しくは、検診票と同封する案内文を見てください。

- ▷費用 2,000円(70歳以上は無料)
- ・検診料の免除要件(生活保護法による被保護世帯・市民税非課税世帯)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。申請がないまま検診を受診した場合、検診費用を返金することができません。

高齢者肺炎球菌定期接種(令和元年度対象者)

23価肺炎球菌ワクチンを受けた人(定期・任意含む)や接種することの理解と意思確認ができない人は、定期接種の対象外になります。

- ▷対象 本市に住民登録がある人で、翌年3月31日までに、
- 対象① 65歳になる人。6月末にはがきを送付しています。

対象② 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能不全、またはヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な程度の障がい(身体障害者1級相当)のある人。

対象③ 70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳以上になる人。過去に一度も接種したことがなく、今回希望する人は、保健センターに電話申込みが必要です。接種歴を確認し、対象者には、はがきを送ります。

- ▷接種期限 翌年3月31日(火)まで
- ▷ところ 市内委託医療機関
- ※予診票と説明書を置いています。
- ▷費用 2,000円
- ▷持ち物 接種費用、はがき(①③の人)、保険証(本人確認)、身体障害者手帳(②の人)
- ▷費用免除 市民税非課税世帯・生活保護世帯の人は、保健センターでの事前手続きが必要です。

受動喫煙ゼロへ!

⑤

●どんな病気?

COPDは、中高年層に多く、有害物質を長年吸い続けたダメージで呼吸機能が悪化し、呼吸困難を招く病気です。

「慢性閉塞性肺疾患」という病名のとおり、肺に慢性的な炎症が起きます。そのため気管支が塞がって空気が通りにくくなるとともに、肺の細胞が壊されて息を吐き出しにくくなります。

重症化すると、ちょっとしたことで息切れするようになり、ひんぱんにせきやたんが多く出るようになったり、呼吸困難のため自宅で酸素吸入が必要になる人もいます。



COPD(慢性閉塞性肺疾患)を知っていますか?

●最大の原因はたばこ



肺機能は加齢とともに低下していくのですが、COPD発症の最大の原因はたばこで、8~9割を占めています。

喫煙者の約2割がCOPDにかかるというデータもあり、特に10年以上喫煙を続けている人、1日何十本も吸うヘビースモーカーは、さらにリスクが高くなると言われています。少しでも早い段階から禁煙することが何より重要です。

一度、呼吸機能が悪化してしまうと、完治は非常に難しくなります。しかし、禁煙をすることでその低下速度を緩めることができることも分かっています。残った肺機能を維持するためには、禁煙は欠かせません。

●こんな症状ありませんか?

初期症状は、せき・たん・息切れなど、つい見過ごしがちなものなので、ゆっくりと悪化してしまい、気づくと症状が進行しているということもあります。

治療しないまま放置すると、どんどん悪化していき、全身にさまざまな影響がでて合併症で命にかかわることもあります。

●COPDの治療

このような症状が続く場合は、COPDの疑いがあるため、できるだけ早期の段階で発見し、適切な治療を受けることが大切です。呼吸器内科を受診しましょう。

治療は禁煙するとともに、薬物療法で気道を広げて息苦しい症状を軽減し、悪化を防ぎます。

問い合わせ・禁煙相談は保健センター(☎23-6661)へ。

▷ 次回は1月号に掲載します。

※検診等に関するお問い合わせは、保健センター(☎23-6661)へ

確認後「免除証」を発行します。手続きはできるだけ午前中に来てください。午後は健診などで時間を要する場合があります。

● **市民税非課税世帯の人**

市民税の申告をしている人は、直接保健センターに来てください。未申告の場合は、印鑑と本人確認できるものを持って市役所税務課で申告が必要です。

※平成31年1月1日以降に転入した人は、転入前の住所地の同一世帯分の非課税証明書を持ってきてください。

● **生活保護世帯の人**

生活保護受給証明書は不要です(他市で受給している人のみ必要)

▷ **事前手続きが必要な人**

● **市外で接種をする人**

県内指定医療機関で接種できます。はがきと費用(免除者は不要)を持ってきてください。

● **県外で接種をする人**

自費になり、手続きに2週間ほどかかります。

※本人または家族の人が、手続きに来てください。やむを得ない事情で、手続きが家族(親族)以外になる場合は、委任状(本人自署・本人印)が必要です。

※障がいなどで自署できない人は、障害者手帳および保険証、本人印を持ってきてください。

骨太クッキング教室

▷ **とき** 11月21日(休)
午前10時～(受付:午前9時30分～9時45分)

▷ **ところ**
中央公民館1階調理実習室

▷ **対象** 市内在住の人

▷ **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の皆さん

▷ **参加費** 1人300円

▷ **申込方法**

保健センターへ電話または、窓口で。
※定員になり次第締め切ります。

**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

もぐもぐ教室

子どもの栄養と離乳食についての話や試食を行います。初めての離乳食作りにとまどっている人は、ぜひ参加してください。

▷ **とき** 12月18日(休) 午前9時30分～11時30分(受付:午前9時15分から)

▷ **ところ** 保健センター

▷ **内容** 子どもの栄養や離乳食の話・離乳食のデモンストレーション・試食(保護者対象)

▷ **対象** 令和元年6月・7月生まれの乳児(第1子)の保護者(同伴可)

※第2子以降は要相談

▷ **持ち物** 母子健康手帳・赤ちゃんに必要なもの(オムツ・ミルク・バスタオルなど)

▷ **申込方法** 保健センターへ電話、または窓口で。

毎月19日は食育の日

野菜をたっぷり食べるためのポイントは!
加熱調理でカサを減らして!
冷凍野菜も活用してみましょ

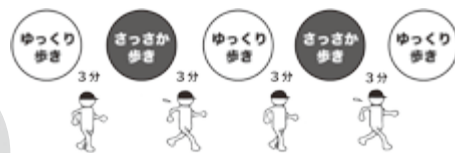
今日からはじめる +10 プラステン

今より1日10分多く体を動かしましょう!

<インターバル速歩で筋肉づくり>

インターバル速歩は「さっさか歩き」と「ゆっくり歩き」を数分間ずつ交互に繰り返すウォーキング法です。

- ① 普段の早歩きよりも少し速いペースで自分がややきついと思うペースで歩きましょう。歩幅を大きくとることを意識しましょう。
- ② 速歩中は腰と膝に負担がかからないように、遠くをみて、腕を「後ろ」に大きく振ることを意識します。



これまでに運動習慣がなかった人でもすぐに始められるお勧めの運動がウォーキングです。

速歩のトータルが1日15分、週4日以上5か月以上継続すると筋力と持久力が無理なく向上できます。腰と膝に負担がかからないように、少しずつ時間や回数を増やしていきましょう。



運動普及推進員
植島岳之さん

[大和高田市運動普及推進員協議会]
【問い合わせ先】
大和高田市保健センター
☎23-6661



市 税

11月は固定資産税(第4期)と国民健康保険税(第5期)の納期月です

納期限は12月2日(月)です。納税通知書および納付書は固定資産税が4月に、国民健康保険税は7月にそれぞれ発送済みです。

ペイジーによる国民健康保険税の口座振替受付手続を開始します

令和元年11月(一部の金融機関は10月)から国民健康保険税についてのみ、ペイジー口座振替受付サービスを開始します。一部の利用可能な金融機関で届出印なしで口座振替の受付手続ができるようになります。

ペイジー口座振替受付サービスとは、収納対策室の窓口を設置する専用端末にキャッシュカードを読み込ませ、暗証番号を入力するだけで、簡単に電子的に金融機関への口座振替登録を行うことができるサービスのことです。口座振替は、指定納期日に自動的に口座から引き落としされるので、納付忘れもなく簡単便利です。国民健康保険税の納付は、ぜひこのペイジー口座振替受付サービスを利用してください。

なお、既に口座振替をされている方はそのまま利用できます。

■利用可能な金融機関

南都銀行・ゆうちょ銀行・関西みらい銀行・紀陽銀行・近畿労働金庫・奈良中央信用金庫・三井住友銀行・りそな銀行・大和信用金庫・第三銀行

[収納対策室 内線236]



保 険 医 療

交通事故にあったときは必ず届出を
交通事故など第三者の行為で傷病を受けた場合も、「第三者の行為による被害届」を保険医療課へ届

け出すことにより、国民健康保険で治療を受けることができます。本来、治療費は加害者が支払うものですが、一時的に国保が立替払いをして、あとから国保が加害者に費用の請求をします。示談を結ぶ前に必ず国保に連絡をして、届け出てください。

▶**必要なもの** 事故証明書(警察に連絡し、もらってください)、保険証、印鑑、第三者の行為による被害届

※第三者行為による傷病の疑いがある人に、確認の文書を送付しています。届いたら下記まで連絡してください。

[保険医療課 国保係 内線578]



年 金

出し忘れはありませんか 公的年金等の受給者の 「扶養親族等申告書」

公的年金について源泉徴収の対象者となる人へ9月に、日本年金機構から「令和2年分扶養親族等申告書」が送付されています。

令和2年2月以降に支払われる年金から源泉徴収される所得税について、配偶者控除など、各種控除を受ける際に必要な申告書になります。

提出期限(10月末)が過ぎていますが、扶養親族などがある人は、必

要事項を記載して、速やかに返送してください。

また、税制改正に伴い、今回から各種控除に該当しない人(受給者本人が障害者・寡婦(寡夫)等に該当せず、控除対象となる配偶者または扶養親族がいない人)は「扶養親族等申告書」の提出が不要になりました。

▶問い合わせ先

日本年金機構「扶養親族等申告書お問い合わせダイヤル」

☎0570-081-240(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]



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などは必要です)。

※毎年の現況届出の時期は、児童手当は6月、児童扶養手当は8月、特別児童扶養手当は8月中旬~9月中旬です。

[児童手当]

▶支給対象者

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 11月21日(木)
午後5時15分~8時
【次回予定 12月5日、12日、19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 11月6日(水)・20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。

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 一律15,000円

●3歳以上小学校修了前
10,000円
（第3子以降は15,000円）

●中学生 一律10,000円

※申請者の所得が所得制限限度額以上の場合は、児童の年齢などに関わらず月額一律5,000円を支給。

※児童が生まれたとき、受給者や児童の住所が変わったとき、受給者が公務員でなくなったときなどは、必ず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、父または母に重度以上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）

●42,910円（全部支給）

●10,120円～42,900円（一部支給）

※受給者、配偶者、扶養義務者などの収入が、限度額以上の場合は支給されません。児童が児童福祉施設に入所している場合などは、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 52,200円

●2級 34,770円

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

※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。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）。申請手続きの際は、マイナンバーの記入・提示と本人確認（免許証など）が必要です。

※必要書類など、詳しくは児童福祉課に問い合わせてください。窓口来庁の際は、本人確認できるもの（免許証、保険証など）を持ってきてください。

〔児童福祉課 内線567〕



水道

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。

消費税率の改定について

10月1日より消費税率が引き上げられたことに伴い、水道料金・下水道料金に課せられる消費税率も、8%から10%へと変わります。

●12月検針分から適用されます

9月30日以前から継続して上水道・下水道を使用されている場合、12月の検針分から新しい消費税率が適用されます。

一方、10月1日以降に新しく水道を使い始められた場合は、開始日から10%の税率が課せられます。市民の皆さまのご理解をお願いします。

ねんきんQ&A

Q 私は、自分の年金の加入記録や納付状況などを把握できていません。確認することはできますか。

A 年金加入者には、毎年誕生月に、これまでの公的年金制度への加入状況などを通知する「ねんきん定期便」が送付されています。自分の加入状況などを確認し、納め忘れた期間で間に合うものは後から納めるなど、活用してください。

また、パソコンやスマートフォンで、いつでも自分の年金加入記録や、将来受け取る年金見込額を確認することができる「ねんきんネット」もあります。

利用には、「ねんきんネット」への登録が必要です。

「ねんきん定期便」に記載されているアクセスキーまたは、基礎年金番号（年金手帳などに記載）を用意して、申込んでください。

詳しくは、

ねんきんネット

検索

〔市民課 年金係 内線529〕

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 11月16日（土）

午前9時～正午

【次回予定 12月14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

■第20回そよかぜ(オストメイトサロン)開催

- ▷とき 11月2日(土) 10時~正午
- ▷ところ 市立病院 放射線治療棟 3階大会議室
- ▷費用 無料
- ※飲み物は各自持参
- ▷申込方法 11月1日(金)午後5時までに、電話(☎53-2901)か市立病院外科外来・泌尿器科窓口へ。
- ※オストメイトとは癌や事故などにより消化管や尿管が損なわれたために、腹部などに排泄のための開口部(ストーマ)を造設された人のことをいいます。
- [市立病院 看護局 高瀬 ☎53-2901]

■大和高田市心身障害者作品展 作品募集

- ▷とき 12月13日(金)の午後~24日(火)の正午まで
- ▷ところ 総合福祉会館(ゆうゆうセンター)
- ▷種目 絵画、写真、書道、工芸、手芸、文芸(短歌、俳句、川柳)、コンピューター・タイプアート
- ▷対象 市内在住で障害のある人
- ▷申込方法 11月19日(火)までに、所定の申込用紙(総合福祉会館に設置、大和高田市社会福祉協議会ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、持参またはFAX(☎24-2730)で総合福祉会館へ。
- [総合福祉会館 ☎23-0789]

■エンジェルスマイル「子育て教室」

- ▷とき 11月19日(火) 午前10時~正午(受付:9時45分~)
- ▷ところ 総合福祉会館(ゆうゆうセンター) 3階研修室
- ▷内容 トランポリン・ボールプール・スベリ台などを使って遊ぼう
- ※無料
- ▷定員 未就園児の親子30組
- ▷申込方法 電話で下記へ。
- ※先着順

- ▷講師 育児ボランティア「どんぐりころころ」の皆さん
- ※子育て教室開始2時間前に警報が出た場合は中止です。
- [生涯学習課 ☎53-6264]

■「にこにこ広場」

- ▷とき 12月5日(木)・令和2年1月20日(月)・3月6日(金) 午前10時から
- ▷ところ 児童館 2階集会室
- ▷対象 平成30年12月1日から平成31年3月31日までに1歳になった子どもとその保護者
- ▷定員 親子で10組
- ▷申込方法 11月18日(月)までに、往復はがきに子どもの名前(ふりがな)・親の名前・生年月日・住所・電話番号を書いて児童館(〒635-0036 旭北町4-34)へ。
- [児童館 ☎22-4150]

開催します

■陵西公民館作品成果発表会

- ▷とき 11月22日(金) 午前9時~午後4時
- 11月23日(土・祝) 午前9時~午後1時
- ▷ところ 市立陵西公民館
- ▷内容
- 成果発表(演芸) 23日 約30組 謡曲(観世流)・尺八・大正琴・声楽・コーラス・ヨガ
- 作品展 22日・23日 約50点

■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)	11月9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)
キッズ将棋・オセロ(中村正継、増田佳美)	11月9日(土) 午後1時30分から	中央公民館
押絵・貼り絵・パウダーアート(ハロウィン・クリスマス・来年の干支バージョン他)(仲本八寿)	11月17日(日) 午前10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・ポンド・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(☎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]

- 華道(未生流)・ちぎり絵・水墨画・折り紙
- 茶席・焼きそばコーナー 23日 午後1時ごろまで(無くなり次第終了) ※有料
- [市立陵西公民館 ☎23-3562]

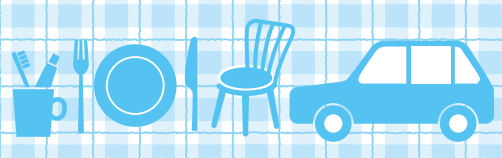
■第11回「つながれつながれ高田っ子」

- ▷とき 11月30日(土) 午後1時30分~3時
- ▷ところ 市民交流センター2階交流スペース
- ▷内容 手遊び(大和高田市保育士会)、親子向けあそび歌ライブ 詳しくは、下記へ。
- [保育課 内線584]

■さわやか生活教室

とき	ところ	担当
11月14日(木)	総合福祉会館(池田)	在宅介護支援センター 慈光園 ☎52-5001
11月15日(金)	市立土庫公民館(土庫)	ふれあい在宅介護支援センター ☎53-5499
11月22日(金)	市立菅原公民館(吉井)	天満在宅介護支援センター ☎23-1161

- ▷時間 午後2時~4時
- ▷内容
- ・フレイル予防に効果的な栄養と運動について
- ・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』



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 瓢箪工房…(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。

※費用無料、申込不要
 [地域包括支援課 内線558]

■高田朗読教室「早蕨」発表会

▷とき 11月17日(日) 午後1時30分～
 ▷ところ 葛城コミュニティセンター 1階和室
 ▷演目 鶴の笛、朝顔、昼日中、花をうめる、杜子春
 [葛城コミュニティセンター ☎23-8001]

■大和高田市統計図表展

▷とき 12月5日(木)～12月8日(日) 午前10時～午後5時
 ※12月8日は午後3時まで
 ▷ところ さざんかホール 2階展示ホール
 [産業振興課調査統計係 内線264]

■計量器(はかり)の定期検査

物品の売買・取引に使用される計量器は、2年に1回の検査が義務づけられています。公正な取引のため、必ず検査を受けましょう。また病院、学校などの健康診断に使用される体重計も定期検査が必要です。

▷とき・ところ

月	日	時 間	検査場所
11月	20日(水)	午前9時30分～午後3時30分	運搬が困難なはかりの所在場所検査
11月	21日(木)	午前9時30分～午後3時30分	
11月	22日(金)	午前9時30分～午後3時30分	
11月	26日(火)	午前10時～正午	農協天満支店
		午後1時30分～午後3時	葛城コミュニティセンター
11月	27日(水)	午前10時～正午 午後1時～3時	さざんかホール(西側搬入口)
11月	28日(木)	午前10時～正午 午後1時～3時	市役所 正面玄関
11月	29日(金)	午前10時～正午 午後1時～3時	市役所 正面玄関

▷費用 500円～2,200円程度(はかりの種類による)
 [産業振興課 内線265]

お知らせ

■大和高田市緊急通報システム事業について

高齢者の急病などの緊急時に迅速かつ適切な対応を図るため、押しボタンによる緊急通報や相談ができる緊急通報サービスの提供が10月から始まりました。

対象は、65歳以上の単身世帯および単身世帯に準ずる人です。

申請に必要な書類は、地域包括支援課に用意していますので、問い合わせてください。

[地域包括支援課 内線591]

■住民票などに旧姓が記載できるようになります

11月5日より、住民票やマイナンバーカード、印鑑登録証明書に旧姓を記載できるようになります。詳しくは下記へ問い合わせください。

[市民課 内線527]

■印鑑登録証明書の性別欄がなくなります

11月5日より、性的プライバシーに配慮するため、印鑑登録証明書の性別欄を廃止します。

[市民課 内線527]

■使用済みの食用油の回収

▷11月の回収日 11月25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	清浄少年会館(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。

[クリーンセンター企画整備課 ☎52-1600]

11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 金	奥田県住、出、秋吉
5 火	大谷、北角、敷島町、奥田、吉井、根成柿、藤森、池尻、築山
6 水	敷島町、根成柿、吉井、旭北町、本郷町、神楽、有井、日之出町、日之出西・東本町、土庫住宅、花園町
7 木	敷島町、根成柿、吉井、秋吉、大東町、土庫1・2・3丁目、東雲町、松塚、三和町
8 金	東中、東中1・2丁目、春日町1・2丁目、西坊城、出、東雲町、松塚、三和町
9 土	曙町、材木町、昭和町
11 月	東中1丁目、春日町1・2丁目、南本町、大中南、磯野町、出、勝目、田井
12 火	磯野、磯野北、南本町、北片塩、大中南、築山
13 水	大中北、新田、岡崎、中町、池田、領家、磯野北、築山
14 木	池田、領家、西代、市場、野口、築山
15 金	市場、野口、有井、築山
18 月	出屋敷、有井、西三倉堂1・2丁目、築山
19 火	西町、有井、内本町、中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目
20 水	中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目、甘田町、敷島町
21 木	中三倉堂1・2丁目、甘田町
22 金	曾大根、今里、旭北町、旭南町
25 月	南陽町、蔵之宮町、甘田町、北片塩町、東三倉堂町、旭北町
26 火	大中東、南陽町、蔵之宮町、甘田町、南今里町、中今里町、片塩町、磯野東町
27 水	蔵之宮町、甘田町、栄町、東中1・2丁目、永和町、磯野南町、内本町
28 木	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。委託業者くおやまと環境整理事業協同組合☎52-2982く大和清掃企業組合☎52-3372に直接申し込んでください。

参加しませんか

●多様ってステキ 感謝のステンドグラス

大和高田 ^{ケグリ}개구리 ^{オリニ}어린이회

「ケグリ」とは「蛙」、「オリニ」とは「子ども」という意味です。

▷とき 11月10日～12月15日 毎週日曜日 午後1時～2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 世界には、日々の営みに感謝する多様な表現・習慣・行事があります。その感謝の行為に秘められた、心を安寧にする文言や情景を、透明カラー樹脂で描き、ステンドグラス風の壁掛け作りをします。

▷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

●高田オープンテニス大会

◎シングルス戦

▷とき 11月17日(日) シルバー男子・一般男子・一般女子:午前8時30分集合 シニア男子:午後1時集合 ※雨天の場合も集合
予備日:11月23日(土・祝)

▷ところ 総合公園テニスコート

▷種目 シングルス(一般男子・シニア男子・シルバー男子・一般女子)

▷定員 一般男子20名、シニア男子(満50歳以上)24名、シルバー男子(満65歳以上)10名、一般女子16名 ※先着順

▷参加費 1人1,000円(当日徴収)

▷申込方法 11月9日(土)【必着】までに、Eメール(2019takada.single@gmail.com)に大会名・種目・住所・名前・所属クラブ・電話番号を書いて送ってください。

[体協テニス部 岡崎 ☎48-4233]

●パソコンちょっと中級講座

▷とき・内容

とき	内容
11月13日	デジカメ写真を取込んで編集しよう
11月27日	年賀状を作ろう 文面(1)
12月 4日	年賀状を作ろう 文面(2)
12月18日	インターネットを活用しよう
1月 8日	カレンダーの作成(1)
1月22日	カレンダーの作成(2)
2月 5日	Gmailの設定
2月19日	Gmailの活用
3月 4日	ワードでチラシ作成(1)
3月18日	ワードでチラシ作成(2)

いずれも午前9時20分～11時50分

▷ところ 県産業会館(幸町2-33)

▷対象 パソコンでワードやエクセルの基本的な使い方を習得している方を対象とした“ちょっと中級”の講座です。

▷定員 20名

▷費用 1回1,100円

※その他に、教材費1,420円(10回分)が必要

いずれも、申込・問い合わせは電話で下記へ。

[NPO法人電子自治体アドバイザークラブ ☎0742-36-8520]

開催します

●第1回 商都高田の歴史展

▷とき 11月7日(木)～20日(水)

▷ところ トナリエ大和高田(幸町3-18)

▷内容 商都高田の発展の歴史を紐解く

～三位一体(紡績・交通・商業)～
[夢咲塾 吉岡 ☎090-2902-1032]

●消費生活講演会

▷とき 11月20日(水) 午後1時30分から(開場:午後1時)

▷ところ さざんかホール 3階小ホール

▷内容

「高齢者を狙う特殊詐欺について～電話口 お金の話 それは詐欺～」

「こんな悪質商法流行っています!～高齢者を狙うあの手この手の新たな手口～」

※申込不要・入場無料

▷主催 大和高田市地域婦人会連絡協議会

[生涯学習課 ☎53-6264]

●保護にゃんたちの幸せ譲渡会

▷とき 11月9日(土)、12月14日(土)、1月11日(土)
午後1時～4時

▷ところ 正木ビル2階(北本町12-14)

※当日猫を連れて帰ることはできません

※ワクチン代などが別途かかります

※引き取りなどは行っていません

◎猫活サポーターの募集

▷活動内容 野良猫地図の作成、不妊手術のための捕獲、搬送、その他、マナーの向上や猫を育てるサポート。申込など、詳しくは下記へ。

[たかだ地域猫ネットワーク
土井 ☎090-7493-5076]

●オストメイト個別相談会

▷とき・ところ

①11月16日(土)

午前9時~正午

奈良県社会福祉総合センター
2階 ボランティアルーム
(橿原市大久保町320-11)

②11月26日(火)

午前9時~正午

奈良県文化会館 第2会議室
(奈良市登大路6-2)

▷対象 オストメイト(人工肛門、人工膀胱)の人で悩みや苦勞を持っている人

▷相談対応者 専門看護師、
支部役員 ストーマ装具業者

※費用無料・申込不要

[(公社)日本オストミー協会奈良
県支部 本間 ☎090-4908-7619]

●相続・遺言手続支援相談会

▷とき 11月13日・27日、12月11日・25日 いずれも水曜日 午後1時30分~4時

▷ところ 市民交流センター 2階

会議室(片塩町12-5)

▷内容 相続手続、遺言書作成など

▷費用 無料

[行政書士 森田定和

☎090-9059-6963]

お知らせ

●マザーズコーナーの利用案内

ハローワーク大和高田では、子育て(中学生以下のお子様)中の就職を希望している人に対して専門的な支援を行うため、マザーズコーナーを開設しています。

コーナー内にはキッズスペースも設けており、子どもと一緒に利用できるようになっています。

現在、子育て中の人で就職を考えている人は、是非、マザーズコーナーを利用してください。

なお、マザーズコーナーは、担当制による予約相談も実施していますので、希望している人は、下記へ問い合わせてください。

[ハローワーク大和高田 マザーズコーナー ☎0745-52-5801
(部門コード#44)]

●農地を借りたい人・貸したい人を募集

農地を貸したい人から、農地を借り受け、借りたい人に貸し付ける「農地中間管理事業」を行っています。

詳しくは、ホームページ(<http://www.nara-ninanou.sakura.ne.jp/>)、または下記へ。

[公益財団法人 なら担い手・農地サポートセンター

☎0744-21-5020]

●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

※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>)を見てください。

[自衛隊橿原地域事務所

☎0744-29-9060]



ゴミ分別アプリ 「さんあ〜る」

スマートフォンやタブレット端末から、ゴミ収集日や分別方法など、簡単に確認することができるアプリ「さんあ〜る」を無料配信中です。



iOS端末(iPhone等) アンドロイド端末

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
- 児童相談所全国共通ダイヤル
☎0570-064-000 ☎189

広告欄