



INDEX

春のおかけ祭り.....	1
中央公民館 定期講座受講生募集.....	2
第73回市民体育大会	3
子育て55クラブ会員募集 他	4~5
新型コロナウイルス感染症を防ぐには.....	6
がん検診を受けよう.....	7~8
ヘルシーライフ.....	9~10
くらしの案内.....	11~12
お知らせBOX	13~15
情報アンテナ.....	16

中止になりました

街かどズーム



東京2020オリンピック聖火リレー

7月24日(金)開会の東京2020オリンピックに向けて、オリンピック聖火リレーが4月13日(月)、大和高田市にやってきます。

午前11時20分頃に大和高田市役所正面玄関より出発して、市役所通りを東に進み、JR高田駅の西側ロータリーまでの約800mの区間を5名のランナーが交代で走ります。

なお、当日の走行時間前後の時間帯は交通規制も実施されますので、この広報誌に挟み込まれている「交通規制のお知らせ」チラシで確認してください。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。

〔オリンピック聖火リレーゴール地点：JR高田駅〕



春のおかげ祭り 延期になりました

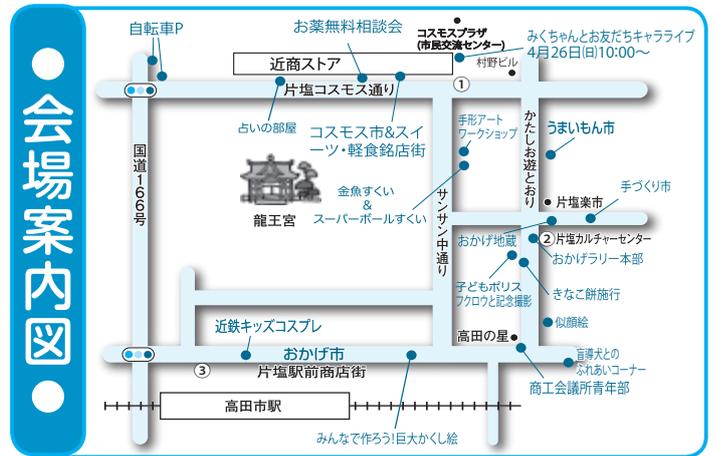
▷とき 4月25日(土)・26日(日) 午前10時～午後4時

▷ところ 片塩商店街一帯

にぎやかな片塩へ
いらっしやいませ!



(写真は、昨年の様子です)



【25日・26日】

- かたしお手づくり市
- 高田うまいもん市
- 駅前おかげ市
- 大人気おかげラリー「7つのスタンプ」&「奈良さくらコトンの種の重さ当て」で豪華商品をゲット!
- スーパーボールすくい・金魚すくい
- コスモス市&スイーツ軽食銘店街
- 占いの部屋ソフィア(10分500円)
- お薬の無料相談会(薬剤師会)
- 似顔絵(奈良芸術短期大学)
- 盲導犬とのふれあいコーナー
- スペシャルステージ
- 「わかがえりーな」無料体験講座
- たません他(商工会議所青年部)

【25日のみ】

- 子どもポリス・交通安全キャンペーン(午前10時～午後2時)
- 近鉄キッズコスプレ・グッズ販売(午前11時～午後1時)
- 手形アートワークショップ(空間エンジェル)

【26日のみ】

- みんなで作ろう!巨大かくし絵
- フクロウと記念撮影(300円)
- みくちゃんとお友だちキャラライブ
- つくたて!きなこ餅のふるまい(①正午から ②午後3時から)

◎スペシャルステージの内容(開催時間は問い合わせてください)

25日(土)	26日(日)
① 當麻太鼓 白鳳座(和太鼓 演奏)	① やまと高田太鼓
① 高田商業高校 アカペラ部	① 高田高等学校 吹奏楽部
① 片塩中学校 吹奏楽部	① 大淀養護学校OB他(電車でGO!)
① 高田中学校 吹奏楽部	① 津軽三味線 やまびこ
① つぼみ認定こども園(お遊戯)	① けはや相撲甚句会
① 竹中信子 万葉SOUL	① みとか一座(南京玉すだれ)
① 私立應南学院 高等部(ヴォーカル・ユニット)	① みつば家(よさこい鳴子踊り)
② 高田商業高校 アカペラ部	① 私立應南学院 高等部(ヴォーカル・ユニット)
② fau saxophone ensemble(サクソ4重奏)	① やまとたかだ 第九合唱団
② Dimanche(フルート・デュオ)	① みくちゃんとお友だちキャラライブ
② ピカケ・レイラニ・フラ・ハラウ(フラダンス)	② 高田高等学校 音楽部
② そらまめず(昭和歌謡)	② 神宮の森 ギター・アンサンブル
② 白拍子伝承塾 白拍子舞	② タカディアン・プラス(低音金管アンサンブル)
③ 高田商業高校 アカペラ部	② 上山弥容子&邊方賀津也(春風コンサート)
	② マーマの里(キッズ・コーラス)

※○内の数字は、案内図中の所在を表しています。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。

▷問合せ 片塩まちづくり(株) ☎ 47-0619

[産業振興課 内線 265]

令和2年度 中央公民館 定期講座受講生募集

(敬称略)

日本画の基礎と作品作り

日本画教室

水曜日 午後7時～9時
定員 15名 講師 表啓充
受講料 8,000円 (全40回分)

華道を基礎から学ぶ

華道教室 (池坊)

第1・3土曜日 午後1時30分～4時
定員 20名 講師 速水和香
受講料 4,000円 (全20回分)

みんなで楽しくやさしいコーラス

コーラスひまわり

金曜日 午後1時15分～3時30分
定員 100名 講師 稲垣とし枝
受講料 無料(全40回) 対象 60歳以上の男女

木彫の基礎と作品作り

木彫教室

第2・4火曜日 午後7時～9時
定員 5名 講師 表啓充
受講料 4,000円 (全20回分)

ひとひらひとひらで生む粘土の花

花クラフト教室

第1・3金曜日 午前10時～正午
定員 10名 講師 栗牧裕子
受講料 4,000円 (全20回分)

歌で笑顔と感動を

若葉コーラス教室

水曜日 午後1時30分～4時
定員 40名 講師 佐竹しのぶ
受講料 8,000円 (全40回分)

水彩、パステル、油絵のアート制作

美術教室 (アート創作)

第2・4金曜日 午後7時～9時
定員 15名 講師 畔上八寿男
受講料 4,000円 (全20回分)

初級の中国語講座

中国語教室

木曜日 午後7時～8時30分
定員 20名 講師 劉金花
受講料 8,000円 (全40回分)

歴史、文化を視聴覚教材で学ぶ

高田視聴覚講座

第3木曜日 午後1時30分～3時
定員 50名
受講料 2,000円 (全10回分)

陶芸を基礎から学ぶ

陶芸教室 ※再受講不可

第1・3日曜日 午前10時～正午
定員 15名 講師 上島伸五
受講料 4,000円 (全20回分)

撮影会と講評会

写真教室

第2・4日曜日 撮影会は日中
定員 20名 講師 出合章泰
受講料 4,000円 (全20回分)

女性の意識と教養の向上を図る

中央女性学級

第4木曜日 午後1時30分～3時
定員 40名
受講料 2,000円 (全10回分)

書道を基礎から学ぶ

書道教室

第1・3火曜日 午後1時30分～3時
定員 20名 講師 水本蒼穹
受講料 4,400円 (全22回分)

薬膳を学び、おいしく健康に

薬膳料理教室

5月8日(金)、9月4日(金)、12月4日(月)、
令和3年3月5日(金) 午前10時～午後1時
定員 16名 講師 長谷真由美
受講料 800円 (全4回分)

健康で心豊かな生き方を学ぶ

高齢者学級 (中央・菅原・陵西・土庫)

各10回 午後1時30分～3時
定員 各80名 受講料 無料
対象 各校区在住の60歳以上の人(中央高齢者学級は市内在住)

茶道を基礎から学ぶ

茶道教室 (裏千家)

第2・4土曜日 午後1時～4時
定員 10名 講師 加納宗有
受講料 4,000円 (全20回分)

着付けから着物文化を学ぶ

着付教室

第2・3木曜日 午後1時30分～3時30分
定員 20名 講師 森明美
受講料 4,000円 (全20回分)

上記講座内容の詳細は、中央公民館へ問い合わせてください。

《募集案内》

- ◎対象 市内在住・在学・在勤の人(中学生未満は保護者の送迎必須)
- ◎受付期間 4月10日(金)必着 午前9時～午後5時(土曜日・日曜日受付。月曜日は休館)
- ◎申込方法 往復はがき(右記参照)送付、または所定の申込用紙に官製はがき1枚を添えて、直接中央公民館へ。
所定の申込用紙は中央公民館にあります。
※申込多数の場合は抽選(新規受講者優先)。
※申し込みは1人1講座のみ。
ただし、「高齢者学級」「中央女性学級」「高田視聴覚講座」「若葉コーラス」「コーラスひまわり」は除く。
- ◎受講料納付 返信案内はがきに年間分の受講料を添えて、手続き期間中に中央公民館まできてください。
納付された受講料は一切返金できません。受講を辞退する場合は、必ず電話で連絡してください。
- ◎詳しくは、中央公民館まで

◎注意

- ※講座の日程は、都合により変更になる場合があります。
- ※なお、年間40回の講座の場合のみ、前期後期に分けて納付することができます。
- ※受講料の他に、教材費などが必要です。

往復はがきの書き方

63 往信	635 0096 大和高田市西町1-15 中央公民館 行	63 返信	受講者の住所 受講者の名前 様	性別 電話番号 生年月日・年齢 住所 名前(ふりがな) 希望教室名(1教室1枚) 中央公民館定期講座申込
----------	---------------------------------------	----------	-----------------------	--

[中央公民館 ☎ 22-1315]

第73回 市民体育大会

5月開催

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。



サッカー

2日(土)・3日(日)・10日(日) 午前10時～
第2健民・高田西中・総合公園 各グラウンド
※5月2日…高田西中
※5月3・10日…第2健民グラウンド
▷種別 一般、中学・小学生
▷参加資格 連盟加盟チーム
連絡先…嶋田(☎090-3655-9792)



バレーボール

3日(日) 午前10時～ 総合体育館
▷種別 一般(高校)男女…9人制、中学男女…6人制
▷申込方法 一般は4月10日(金)までに電話で龍(☎090-5252-3357)へ。



ウエイトリフティング

3日(日) 午前10時～ 総合体育館トレーニング室
▷種別 一般男女、高校生、マスターズ(40歳以上) スナッチ・ジャーク各級個人戦
▷申込方法 当日受付
連絡先…早瀬(☎090-7887-8663)



柔道

3日(日) 午前10時～ 武道館第1道場
▷種別 一般・高校・中学・小学生
▷申込方法 4月22日(水)までに、電話で植田(☎23-2414)へ。



グラウンドゴルフ

3日(日) 午前10時～ 高田小学校運動場
▷種別 小学生(4年以上)、一般(中学生以上) 各男女
▷申込方法 当日受付
連絡先…今西(☎22-5775)



パタンク

3日(日) 午前10時～ 片塩小学校運動場
▷種別 一般男女ダブルス
▷申込方法 4月24日(金)までに、電話で南(☎090-2019-0373)へ。



テニス

3日(日)10日(予備日) 午前9時30分～
総合公園テニスコート
▷種別 一般男子ダブルス、一般女子ダブルス、壮年男子ダブルス(45歳以上)
▷申込方法 4月20日(木)までに、往復はがきに住所・名前・電話番号を書いて岸野博之(〒635-0097北本町7-11-204)へ。
▷参加資格 体協所属部員・市民・市内事業勤務者・市内各学校の学生
連絡先…岸野(☎090-3923-9630)



空手道

3日(日) 午前10時～ 武道館第2道場
▷種別 一般、高校・中学・小学生の型、組手
▷参加資格 市体協空手道部員に限る
連絡先…原田(☎52-2364)



少林寺拳法

3日(日) 午前10時～ 総合体育館サブ競技場
▷種別 一般(高校生)、中学・小学生 組演武・運用法・単演
▷参加資格 市体協少林寺拳法部員に限る
連絡先…横山(☎090-1029-2233)



ソフトテニス

3日(日)・4日(月) 午前9時～
高田商業高校テニスコート
▷種別 一般・高校・中学・小学生 各男女、女性初心者
▷申込方法 4月20日(月)までに、電話で松若(☎090-3923-8222)へ。



野球

3日(日)・6日(水)・9日(土)・10日(日) 午前9時～
市民グラウンド・高田西中グラウンド
▷種別 一般、中学生、少年
▷参加資格 連盟加盟の選抜チーム
連絡先…山口(☎52-6097)



合気道

9日(土) 午後1時～ 武道館第1道場
▷種別 一般、高校、中学、小学高、中、低学年、幼児の個人演武
▷参加資格 市体協合気道部員に限る
連絡先…北脇(☎090-9541-7699)



剣道

10日(日) 午前10時～ 武道館第2道場
▷種別 一般、高校、中学、小学生の個人戦、中学生団体戦
▷申込方法 当日受付
連絡先…片岡(☎090-1895-7318)



バドミントン

10日(日) 午前9時～ 総合体育館
▷種別
・小学生5・6年(男女分けなし)ダブルス
・中学生(2・3年)ダブルス
・男子ダブルス
・女子ダブルス・混合ダブルス
▷申込方法 4月22日(木)までに、はがきに種別・名前・年齢(4月1日現在)・電話番号・性別を書いて友田博之(〒635-0041 田井21)へ。
※組み合わせは、主催者一任
連絡先…友田(☎53-1647)



ボウリング

10日(日) 午前10時～ OPTボウルタカダ
▷種別
●少年(小学4年～高校生)男女
●一般(18歳以上、高校生除く)男女
●JBC会員の部
▷申込方法 5月1日(金)までに、参加費(一般1,700円、少年1,200円)を添えて、総合体育館またはOPTボウルタカダへ。
連絡先…荒木(☎22-2020)



卓球

10日(日) 午前9時～ 総合体育館
▷種別 一般、高校・中学生各男女 一般混合ダブルス(女子2名は可)
▷申込方法 当日受付
連絡先…竹田(☎23-0059)



バスケットボール

10日(日) 午前9時～ 高田商業高校体育館
▷種別 一般・ミニバス 各男女
▷参加資格 協会加盟チームに限る
連絡先…中川(☎090-2289-6786)



ソフトボール

10日(日) 午前9時～ 総合公園多目的グラウンド
▷種別 一般男女、高校生女子、中学生女子
▷参加資格 連盟加盟のチーム
連絡先…4月24日(金)までに奥野(☎080-6224-0571)へ。



ゲートボール

14日(木) 午後1時～ 市ゲートボール場
▷種別 一般男女
▷参加資格 市ゲートボール協会加盟チーム
連絡先…岸田(☎52-3517)



水泳

11月8日(日) 午前10時～ 総合公園コミュニティプール
▷種別 小学生(4年生以上)・一般・高校・中学の部
▷申込方法 9月1日(火)～10月9日(金)までに指定の申し込み用紙に必要事項を書いて総合体育館へ。
連絡先…北林(☎090-3353-9441)

※5月3・10日(日)は市民体育大会のため、総合体育館と武道館の利用ができません。総合公園テニスコートは5月3日(日)の利用ができません。また、総合公園グラウンドは、5月3・10日(日)、総合コミュニティプールは11月8日(日)の利用ができません。

〔総合体育館 ☎22-8862〕

子育て55クラブ会員募集

- ▷**とき** 5月～翌年3月
(月3回程度 月曜日の午前10時30分～11時30分)
 - ▷**ところ** 東部子ども会館(曙町青少年会館)
※駐車場あり
 - ▷**内容** リトミック(音感・リズム遊び)、親子体操、工作など ※費用無料
 - ▷**対象** 市内在住の平成28年4月2日から平成31年4月1日生まれの子どもとその保護者25組
- ※申込多数の場合、抽選

▷**申込方法** 4月17日(金)までに、往復はがきに子どもの名前(ふりがな)・性別・生年月日、保護者の名前(ふりがな)、郵便番号・住所、電話番号を書いて、東部子ども会館へ。

往復はがきの書き方

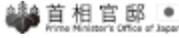
63	635-0012	(郵便の届には封も開かないでください)
住所	大和高田市曙町1-33	
東部子ども会館 行		
63	□□□□□□	【 必要記載事項 】
送付先	申込をされるおこる名住方前所 様	子育て55クラブ 申込希望
		・子どもの名前(ふりがな)・性別・生年月日
		・保護者の名前(ふりがな)
		・郵便番号・住所
		・電話番号 (連絡の取れる番号をお願いします)

(東部子ども会館 ☎22-2078)

新型コロナウイルス感染予防のために 以下のことを心がけましょう

- ・石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ・正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ・高齢者や持病のある方は公共交通機関や人込みを避ける

[大和高田市新型コロナウイルス感染症対策本部]



POINT.1

帰宅時や調理の前後、食事前など、こまめに手を洗う!

POINT.2

くしゃみや咳が出るときに、ティッシュ等で口と鼻を覆ったりマスクを正しく着用する!

感染症対策




シニア向けスマートフォン 活用講座第4期生募集

ますます身近になるスマートフォン。皆さんが持っているスマートフォンを活用して、元気で豊かな生活をめざしませんか。

▷とき 5月15日、6月19日、7月17日、8月21日、9月25日、10月16日、11月13日、12月18日、令和3年1月15日、2月12日、3月5日、3月26日の全12回（開催日は予定）※いずれも金曜日

▷定員 30名

▷対象

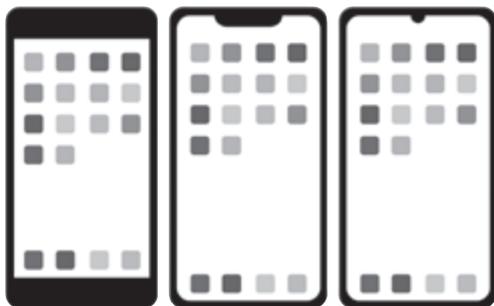
- 自分のスマホをお持ちいただき、他の参加者と自分のメールアドレスなどの連絡先を参加者同士で交換できる人
- 開催日に可能な限り参加できる人

▷費用 無料

▷申込方法 4月27日(月)～5月15日(金)に、市民交流センターなどにある申込書に必要事項を記入の上、市民交流センター2階事務室へ提出してください。

※募集定員になり次第受付を終了します。

〔市民交流センター ☎44-3210〕



歌声喫茶

中止になりました

～昔なつかしい思い出を今いちど～

懐かしい曲をピアノ伴奏に乗せて歌声リーダーと歌う楽しいひととき。皆さんと一緒に懐かしい歌を歌いませんか。

▷とき 4月19日(日) 午後1時30分～3時30分

▷ところ 市民交流センター2階交流スペース

▷費用 無料(飲み物などは喫茶コーナーで販売します)

※事前申込不要

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。

〔市民交流センター ☎44-3210〕

第68回市民歩こう会

中止になりました

▷とき 4月19日(日) 午前9時15分～午後4時

当日受付:午前9時～9時15分

▷受付場所 総合体育館

▷行程 馬見丘陵公園方面

〈総合体育館～築山古墳周辺～時計台公園～三吉石塚古墳～馬見丘陵公園(昼食・抽選会)～時計台公園～総合公園〉

※都合により、コースを変更する場合があります。

▷費用 無料

▷持ち物 弁当・水筒・雨具・帽子など

▷注意事項 交通事故には十分注意し、係員の指示に従ってください。

万が一の事故などが発生した場合は、応急措置は行いますが、以後の責任は負いかねます。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。

〔総合体育館 ☎22-8862〕



～新型コロナウイルス感染症を防ぐには～

過剰に心配することなく、咳エチケットや手洗い、体調管理、人ごみを避け、部屋の換気をするなど、インフルエンザなどと同様の感染予防をお願いします。

令和2年3月13日時点での情報を掲載しています。

電話相談窓口について

◆ 帰国者・接触者相談センター

次のような方は、こちらに電話相談してください。

- ◆ 流行地（注1）とのつながりがある方
- ◆ 職場や旅行先等の状況で、新型コロナウイルス感染の不安がある方
- ◆ 風邪の症状や発熱が4日以上続いている、強いだるさや息苦しさがある方で、まだ医療機関を受診していない方。高齢者や基礎疾患のある方、妊婦の方は、上記の状態が2日以上続く場合。

（注1）中華人民共和国・大韓民国・イラン・イスラム共和国、イタリア共和国、サンマリノ共和国の一部

相談窓口	電話番号	FAX番号	対応時間
奈良県庁	0742-27-1132	0742-22-5510	平日 8:30～21:00 土・日・祝 10:00～16:00

◆ 「新型コロナウイルス感染症を疑う要件」に該当される方※は、夜間でも保健所での電話対応可能。

※「新型コロナウイルス感染症を疑う要件」とは、次のア～エのいずれかです。

	症状	接触歴など
ア	発熱(37.5℃以上)または呼吸器症状	発症前14日以内に新型コロナウイルス感染症患者と濃厚接触した
イ	発熱(37.5℃以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	発症前14日以内に流行地の渡航歴がある
ウ	発熱(37.5℃以上)かつ呼吸器症状(肺炎を疑わせる)	発症前14日以内に流行地滞在歴のあるものと濃厚接触をした
エ	渡航歴に関わらず、37.5℃以上の発熱かつ入院を要する原因不明の肺炎	

◆ 相談窓口(一般的な相談)

相談窓口	電話番号	FAX番号	対応時間
奈良県中和保健所	0744-48-3037	0744-47-2315	平日 8:30～17:15
奈良県庁	0742-27-8561	0742-22-5510	平日 8:30～17:15 土・日・祝 10:00～16:00

※発熱等の風邪症状のある方は、かかりつけ等医療機関に電話で連絡した上で、受診してください。

最新の情報は、大和高田市・奈良県・厚生労働省ホームページをご覧ください。

〔大和高田市新型コロナウイルス感染症対策本部 ☎22-1101〕

がん検診を受けよう!!

受ける検診部位に対して、治療や経過観察中の人や、すでに何らかの症状がある人は、がん検診・歯科検診の対象ではありません。かかりつけ医に相談してください。

集団検診

①希望する検診の種類と日程を選びます

▷種類

胃がん検診 【バリウム】	肺がん検診	大腸がん検診	歯科検診	特定健診 (国民健康保険の人のみ)
------------------------	--------------	---------------	-------------	-----------------------------

▷とき・ところ ※検診日に体調が思わしくない方は、受診をあわせてお願いします。

日程	4/27 (月)	4/28 (火)	5/8 (金)	5/11 (月)	5/13 (水)	5/26 (火)	5/27 (水)	6/3 (水)	6/4 (木)	6/9 (火)	6/10 (水)	6/16 (火)	6/22 (月)	6/23 (火)
場所	保健センター	保健センター	保健センター 希望者は歯科検診も予約可	保健センター 希望者は歯科検診も予約可	保健センター	市立土庫公民館★	市立菅原公民館★	保健センター	葛城コミュニティセンター★	保健センター 女性のみ	市立陵西公民館★◎	保健センター 希望者は歯科検診も予約可	保健センター◎	保健センター◎
たん回収日	5/7 (木)		5/18 (月)		5/20 (水)	6/2 (火)		6/11 (木)		6/17 (水)		6/24 (水)	6/30 (火)	

日程	9/2 (水)	9/23 (水)	9/30 (水)	10/1 (木)	10/5 (月)	10/23 (金)	10/29 (木)	10/30 (金)	11/9 (月)	11/10 (火)
場所	保健センター	保健センター 女性のみ	保健センター◎	保健センター◎	保健センター◎	保健センター◎	葛城コミュニティセンター◎★	保健センター◎	保健センター◎	保健センター◎
たん回収日	9/8 (火)	9/29 (火)	10/7 (水)		10/12 (月)	10/29 (木)	11/4 (水)		11/16 (月)	

◎特定健診とセット予約可能(国民健康保険の方のみ)・・・5月に保険医療課より「受診券」が届いてから、申し込んでください。

②予約時間を選びます

※保健センター以外の場所[★印]は ②・③・④・⑤・⑥

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	⑥午前 11時～11時15分

※各日・各時間帯には、定員があります。

※検診の進み具合と種類により、多少の待ち時間があります。

▷検診料

検診	費用	対象
胃がん検診	1,000円	40歳以上
肺がん検診 (結核検診を含む)	胸部レントゲン 400円 ※必要時、たんの検査 500円	
大腸がん検診	500円	
歯科検診	無料	

※70歳以上(令和2年度中に70歳になられる人含む)の人は検診費用を免除します。(胃内視鏡検診は半額免除)

※生活保護世帯・市民税非課税世帯の人は、検診費用が免除になります。事前に、保健センター窓口へ申請してください。窓口へ申請に来られた方の本人確認書類(顔写真の入っているもの)運転免許証・パスポート・マイナンバーカード等、顔写真のないものは2種類@保険証・年金手帳・マイナンバー通知カード・生活保護受給証明書等)が必要です。確認後「免除証」を発行します。

6月30日までに検診を受ける場合は、前々年所得(平成30年1月1日～12月31日所得)、7月1日以降に検診を受ける場合は、前年所得(平成31年1月1日～令和元年12月31日所得)で課税状況を確認します。6月30日までに受診する人の免除申請受付は、4月3日に開始します。7月1日以降に受診する人の免除申請受付は、7月1日に開始します。申請がないまま検診を受診した場合は、検診費用を返金することができません。注意してください。※未申告の方は、印鑑と本人確認書類を持参して市役所税務課へ申請が必要です。

電話・来所で申し込み

- ▷受付:4月3日(金) 午前8時30分から
保健センターへ電話、または窓口へ
- ※多くの人との接触をできるだけ防ぐために、受付時間を区切ります。

③電話・来所で申し込み

受付:4月3日(金)から 午前8時30分～午後5時
保健センターへ電話(☎23-6661)または窓口へ

④がん検診票が届きます

予約した検診日の約5日前に、がん検診票を送付します。
大腸がん検診を受ける人には、採便容器も送付します。
同封の案内文をよく読んでください。

⑤予約した日時にきてください

持ち物を忘れずに

- ・がん検診票(記入欄に必要な事項を書いてください)
- ・健康手帳(持っている人)
- ・めがね(必要な人)
- ・検診料
- ※大腸がん検診を受ける人は、採便した容器

※胃がん・肺がん・大腸がん検診の結果については、結果の準備が整い次第、1か月半以内に送付します。また、がん検診後に、精密検査が必要となった場合は、必ず病院へ受診してください(保険診療)。

※平成30年度の乳・子宮頸がん検診受診者へは各検へはがん検診案内はがきを、今年度70歳未満の人

対象者は、40歳以上（子宮頸がん20歳以上、胃カメラ50歳以上）

胃がん検診

胃がんは、日本人がかかりやすいがんです。早期発見・早期治療が大切です。



▷検査方法（どちらか一方）のみ

※昨年度、市の胃内視鏡検診を受診した人は対象外

胃部エックス線検査（バリウム）集団検診

バリウムと発泡剤を服用し、胃の中の粘膜をエックス線で撮影します。精密検査になった場合は、病院での胃内視鏡検査などが必要になります（保険診療）。

胃内視鏡検査（胃カメラ）個別検診50歳以上（2年に1度）

内視鏡を口か鼻から挿入し、胃の中の粘膜を観察します。

大腸がん検診

大腸がんは、早期発見・治療を行えば、ほぼ100%近く治癒可能です。検診を受けましょう。



▷検査方法 便潜血検査

便の表面をスティックによってこすりとり、便中の血液の有無を調べます。便潜血検査で陽性になった場合、病院での大腸内視鏡検査などが必要になります（保険診療）。

乳がん検診（2年に1度）

乳がんは、40～50代女性のがん死亡原因の第1位です。早期に発見して治療すれば95%以上が治癒します。

▷検査方法

・マンモグラフィ検査

乳房を装置にはさんで圧迫し、エックス線で撮影します。

▷受付:4月3日(金) 午前8時30分から ※申し込み初日は、大変混みます。保健センター ☎23-6661

個別検診

乳がん・子宮頸がん検診(女性のみ)

《乳がん検診》

▷対象 40歳以上の女性で、昨年度受けていない人（受診間隔・・・2年に1度）

- ▷実施機関 市内指定医療機関
- ▷受診期間 4月から翌年2月末(定員になり次第、締め切り)
- ▷検査内容 マンモグラフィ検査
- ▷検診料 2,000円

《子宮頸がん検診》

▷対象 20歳以上の女性で、昨年度受けていない人（受診間隔・・・2年に1度）

- ▷実施機関 県内の各指定医療機関
- ▷受診期間 4月から翌年2月末(定員になり次第、締め切り)
- ▷検査内容 子宮頸部の内診・細胞診
- ▷検診料 2,000円

診票を、胃・肺・大腸がん検診を過去3年間に1度でも受診された方(S26.4.2以降生まれ)に4月はじめに送付します。

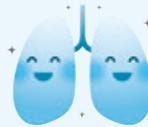
肺がん検診（結核検診を含む）

肺がんは、がん死亡原因の第1位です。また、結核は高齢者に多くみられるため、65歳以上(特に80歳以上)の人は年に1度は肺がん検診(結核検診を含む)を受診しましょう。

▷検査方法

胸部エックス線検査

肺全体を、エックス線で撮影します。



喀たん細胞診(喫煙者など必要な人のみ)

たんを採取して、がん細胞の有無を顕微鏡で調べます。

※保健センターでのがん検診の待ち時間で、「喫煙歴のある人または喫煙者と同居の人」「業務上の理由で日常的に煙や粉じん、ガスを吸っていた人」を対象に呼吸機能検査と禁煙相談も実施しています。肺がんの予防には、禁煙が重要です。

歯科検診

歯周病は、自覚症状が出にくく、放置していると、最終的には歯を失う原因になります。早期発見のため定期的な歯科検診が大切です。

▷検査方法

歯科医師が歯や歯肉の状態をみます。

歯科衛生士から、歯みがき方法などアドバイスがあります。



子宮頸がん検診（2年に1度）

子宮頸がんは20～30代の若年層もなりやすいがんで、近年増加傾向です。自分の未来を守るために受診しましょう。

▷検査方法 子宮頸部細胞診 20歳以上

子宮の入口を軽くこすって細胞を取り、異常な細胞がないかを調べます。痛みはほとんどありません。



胃内視鏡検診(胃カメラ)

▷対象 50歳以上で昨年度市の胃内視鏡検診を受けていない人（受診間隔・・・2年に1度）

- ▷実施機関 大和高田市立病院 ・ 中井記念病院
- ▷受診期間 4月から翌年2月末(定員になり次第、締め切り)
- ▷検診料 4,600円(70歳以上は2,300円)

前立腺がん(男性のみ)

- ▷対象 40歳以上の男性
- ▷実施機関 大和高田市立病院
- ▷受診期間 5～8月(月～金の午前9時～11時)
- ▷検査内容 血液検査 ▷検診料 900円

B・C型肝炎ウイルス検査

- ▷対象 40歳以上の人で、過去に受けたことがない人
 - ▷実施機関 市内指定医療機関（国民健康保険加入者は特定検診とセットで受診可）
 - ▷受診期間 6月から翌年1月末
 - ▷検査内容 血液検査 ▷検診料 400円
- ※新40・45・50・55・60・65歳の人には無料。対象の人へははがきを個人通知します。詳しくは広報誌「やまとたかた」6月号を見てください。

〔保健センター ☎23-6661〕



新型コロナウイルス感染症の流行状況によって、健診や教室等
を中止・延期することもあります
ので、市のホームページ・掲載サ
イトで確認または問い合わせて
ください。

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
のみ)にフッ素塗布も行います。

▷とき 5月7日(休)

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

▷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)

▷対象 平成29年8月～11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)

▷定員 38組

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

▷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(託児はありません)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。

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。

保健師・栄養士・歯科衛生士が、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
心できる情報を伝えます。プレパパ
や家族の妊婦体験も好評です。

▷とき 5月7日(休)

▷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」(歯のお
話、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。

▷申込方法 保健センターへ電話
または窓口で。

日本脳炎予防接種

日本脳炎は、蚊を介して感染する
ため、夏前の接種がおすすめです。

予防接種手帳内にある予診票を
使って、1期初回2回(3歳)、1期追
加(4歳)、2期(小学4年生)も忘れ
ないように接種しましょう。

▷特例措置のある対象者①

●20歳未満で、平成19年4月1日
生まれまでの人

母子健康手帳の接種回数を確認
して、4回完了していない人は、市
内委託医療機関に配置している日本
脳炎予診票を使って20歳になるまで
に、不足分を接種してください。な
お、接種期限が近づいた人から順次
個人通知をしています。今年、平成
14年4月2日～平成15年4月1日生
まれで、2期を受けていない人へ4月
月上旬に案内はがきを送る予定です。

▷特例措置のある対象者②

●13歳未満で平成21年10月1日
生まれまでの人

1期初回・追加の3回を7歳6か月
までに完了していない人は、特例措
置として、9歳～13歳未満の間に
不足分を定期接種として受けるこ
ができます。

転入や予診票紛失の場合は、保
健センターへ連絡してください。

広告欄



※検診等に関するお問い合わせは、保健センター(☎23-6661)へ

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

毎月19日は食育の日

毎日朝食を食べて1日の
パワーの源に!

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

フレイルについて

年をとるにつれて、「外出の機会が以前より減った」「活動的ではなくなった」と感じることはありませんか。

そのような方は、もしかすると「フレイル」の危険信号が点灯しているのかもしれない。

フレイルとは、わかりやすく言えば「加齢とともに心身の活力が低下した状態」のことで、一般的には、健康な状態と要介護状態の中間の段階がフレイルに相当します。フレイルは、早く気付いて適切な対策を行えば、進行を遅くしたり、再び健康な状態に戻したりすることができます。

フレイル対策で特に重要な3項目は、社会性、栄養、運動と考えられています。社会性(人とのつながり)を保つことはとても大切です。家に閉じこもらずに、自分に合った活動(趣味のサークルやボランティアなど)を見つけて積極的に参加しましょう。また、栄養バランスの良い食事をとるよう心掛けてください。基礎疾患によってはかかりつけ医と相談しながら、筋肉の材料になるたんぱく質(肉・魚・大豆製品など)や、骨を強くするカルシウム(牛乳・乳製品・小魚など)を積極的に摂りましょう。また、無理のない範囲での筋トレやウォーキング、テレビ・ラジオ体操など、自分に合った運動の方法を見つけて実践しましょう。

重要なのは、3項目を三位一体で生活に取り入れ、それを継続していくことです。このことがフレイルの予防につながり、健康長寿を達成する秘訣になると思います。

〔奈良県医師会 ☎0744-22-8502〕

シロナと切り干し大根の生姜和え

地場産野菜で

簡単!
クッキング



切り干し大根を
上手につかって
カルシウムアップ!



食生活改善推進員の皆さん

材 料 (4人分)

シロナ	180g
切り干し大根	12g
油揚げ	20g
白すりごま	大さじ2
生姜汁	大さじ2
味噌	大さじ1・1/3
砂糖	小さじ1・1/3

《エネルギー 74kcal 塩分 0.8g》(1人分)

作り方

- ① シロナは好みのかたさにゆで、2~3cm長さに切る。
- ② 切り干し大根は洗って戻し、戻し汁でゆで、2cm長さに切る。
- ③ 油揚げはフライパンで両面焼き、浮いた油はペーパーで押えて取り、縦半分に分けてから細切りにする。
- ④ 油揚げ、切り干し大根、シロナの順におろし生姜、味噌、砂糖とすりごま半量で和える。
- ⑤ 小鉢に盛り、上に残りのすりごまをふる。

〔大和高田市食生活改善推進員協議会〕



市 税

4月は令和2年度固定資産税・都市計画税 第1期の納期月

固定資産税・都市計画税の納税通知書および納付書は4月上旬に発送予定です。

なお、令和元年度各種市税および国民健康保険税の納期限はすべて過ぎています。まだ納付が済んでいない人は早急に納付をお願いします。そのまま放置すると滞納処分の対象となります。また督促手数料や延滞金も加算されます。何らかの事情があり、納付が難しい人は収納対策室まで相談してください。

納付は便利な口座振替で

口座振替なら納め忘れがありません。便利な口座振替を利用してください(金融機関の窓口へ提出してから約3週間以上必要な場合があります)。

▷**申込方法** 申込書、通帳、届出印を持って、金融機関の窓口へ(申込書は納付書裏面に記載の金融機関および市役所収納対策室にあります)。

ペイジー口座振替受付サービス

国民健康保険税についてのみ、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届出印は必要なく(※)一部の利用可能な金融機関で口座振替の受付手続きをしています。

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

▷振替日

- ・市税:各納期月の末日
 - ・国民健康保険税:各納期月の26日
- ※いずれも振替日が休日・祝祭日の場合は翌営業日

※12月に限り、市税・国民健康保険税ともに25日(休日の場合は翌営業日)

スマートフォン決済アプリで市税等の納付ができるようになりました

令和2年4月1日より対象のアプリをスマートフォンにダウンロードしアプリのカメラで納付書のバーコードを読み取ることで簡単に市税等を納付することができます。

※詳しくは広報誌3月号または市役所ホームページを見てください。

法人名義の納税証明について

申請の際は社長印と法人番号、来庁者の身分証明、委任状(代理人が来庁される場合のみ)が必要になります。

[収納対策室 内線236]

令和2年度 市税等納付月一覧表

分類	科目	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2
市税	市県民税(普通徴収)				1期		2期		3期		4期		
	固定資産税/都市計画税		1期			2期		3期		4期			
	軽自動車税			全期									
保険税	国民健康保険税(普通徴収)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	
保険料	介護保険料(普通徴収)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	
	後期高齢者医療保険(普通徴収分)				1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期	

※納期限は各納期月の末日(土・日・祝日の場合は翌平日)です。ただし12月に限り25日(金)となります。

[収納対策室 内線236]



国 保

2つの健康保険に加入していませんか

あなたの家庭では、2つの健康保険(国民健康保険と会社の健康保険)に加入していませんか。世帯主と生計の中心者が会社の健康保険などの資格を持ち、その人の収入で生計を維持している場合、国民健康保険の資格を持っている人が、会社の健康保険などの扶養家族として認定されれば、国民健康保険税の負担がなくなるうえ、社会保険料も高くなりません。

●会社の健康保険等の扶養家族認定の条件

60歳未満で年間収入130万円未満、60歳以上で180万円未満(年金収入含む)などの要件があります。保険の加入先により異なります。会社などで確認してください。

[保険医療課国保係 内線568]



児童福祉

子育て短期支援事業

保護者の病気などで、家庭において児童を養育することが、一時的に困難となった場合に、次のような制度があります。

◎短期入所生活援助(ショートステイ)事業

▷対象

市内に住所がある人で、保護者が社会的理由(疾病・出産・冠婚葬祭・出張など)または精神的理由(育児疲れなど)により一時的に家庭で児童を養育することができない場合

▷利用期間

原則7日以内

▷利用料金

利用者の課税状況により負担金が必要

◎夜間養護(トワイライトステイ)等事業

▷対象

市内に住所がある人で、保護者が仕事その他の理由により、平日の夜

間または休日に不在となる場合

▷利用期間および利用時間

原則6か月以内で、かつ午後10時まで

▷利用料金

利用者の課税状況により負担金が必要

※ただし、施設への送迎は両事業とも保護者が行ってください。

※事業の利用を希望する人は、児童福祉課で事前登録が必要です(利用の理由が変わらない場合でも毎年4月に相談・登録が必要です)。

〔児童福祉課 内線549〕

児童手当の申請手続きについて

◎公務員をやめた人・(地方)独立行政法人や公益法人などに出向(異動)となった人へ

上記の人は児童手当の支給が勤務先から住所地の市区町村になります。

退職日(異動日)の翌日から15日以内に児童福祉課で申請手続きをしてください。

退職日(異動日)の翌日から15日以内に申請した場合、4月分からの手当を支給します。

申請が遅れると、原則遅れた月分の手当を受けられなくなりますので、対象の人は忘れずに申請してください。必要な書類など、詳しくは、下記まで問い合わせてください。

※その他、児童が生まれた人や転入された人などは必ず15日以内に申請をしてください。

〔児童福祉課 内線567〕

の精算をしてください。

水もれは水資源のムダ遣い

道路上や水路で水もれを発見した時は、すぐに水道工務課(☎52-3901)へ。

〔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。

大和高田市立病院糖尿病教室4月開催中止のお知らせ

市立病院では、新型コロナウイルス感染症対策の一環として、地域の皆さまが集まる講座や教室を当面の間中止とします。

つきましては、4月開催予定の糖尿病教室についても中止します。

6月以降の糖尿病教室は状況により判断をして、開催決定次第、市の広報誌や市立病院ホームページ、病院内掲示などでお知らせします。参加予定していた皆さまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

〔市立病院内科外来 ☎53-2901(内線5218)〕

ねんきんQ&A

Q 私は、大学生ですが、国民年金保険料を納めることができません。学生納付特例制度について教えてください。

A 学生納付特例制度は、学生の人(前年所得基準額以下等)が、申請により保険料の納付を猶予される制度です。

この制度を利用すると、将来受け取る老齢基礎年金額は保険料を納付したときと比べ少なくなりますが、年金を受け取るために必要な期間(納付期間など10年)に算入され、年金受給権の確保がしやすくなります。

また、老後のことだけでなく、病気やけがで障害が残ったときの障害基礎年金受給資格の確保にもなります。

学生納付特例が承認された期間の保険料は、10年以内であれば申出によりあとから納めること(追納)ができます。ただし、3年を経過している期間の保険料には、当時の保険料額に一定額が加算されます。

学生納付特例の申請は卒業まで毎年必要です。学生証を持って市役所年金係で手続きや相談をしてください。

〔市民課 年金係 内線529〕



水道

口座振替をご利用の人へ

振替指定日は2か月毎の15日、または27日です。預金不足などで振り替えできなかった場合、次回に振り替えます。入金をお願いします。

使用開始・中止のときは連絡を

無断で水道を使用すると、処罰の対象になります。事前に検針係へ届け出て、給水契約をしてください。使用を中止する場合も届け出て、料金

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 4月23日(木) 午後5時15分~8時

【次回予定 5月7日、14日、21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 4月8日(水)・22日(水)

▷ところ 上下水道部総務料金係 ☎52-1365(夜間窓口専用)

午後5時15分~9時 ※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。



参加しませんか

■西部文化センター生徒募集

教室名	とき	講師 (敬称略)
編物教室	金曜日(月3回) 午後1時~3時 開講日:4月24日(金)	倉本 春美
成人書道教室 (アイデア書道)	木曜日(月3回) 午後2時~4時 開講日:4月23日(木)	森本 南曳 (実用書道 と挿し絵)

▷ところ 西部文化センター
▷定員 各10名 ※重複受講可
▷受講期間 4月~翌年3月
▷申込方法 4月13日(月)【必着】までに、FAX(☎22-8756)、またはハガキに、郵便番号、住所、名前、電話番号、教室名を書いて、西部文化センター(〒635-0074 市場405-4)へ。

※応募多数の場合は、初回の人を優先とし、これまでの受講年数の少ない人から順番で、受講決定とします(場合により、抽選あり)。

※受講料無料。テキスト・教材費などは、自己負担になります。

※中学生以下の人は、参加できません。
〔西部文化センター ☎52-2898〕

■市青少年指導員募集

ボランティアで、子どもたちにキャンプなどの野外活動やゲームの指導をする青少年指導員を募集しています。

▷資格 青少年問題に関心があり、地域の事情に詳しい20歳以上の人

▷任期 1年

▷申込方法 5月8日(金)までに電話

で下記へ。

〔青少年センター ☎23-1322〕

開催します

■令和2年度 成人祝賀式

▷とき 令和3年1月10日(日) 午前10時~11時15分(予定)

▷ところ 大和高田市文化会館(さざんかホール)

▷対象 平成12年4月2日~平成13年4月1日生まれの人

※介護などの準備をしていますので必要な人は、事前に生涯学習課に連絡をお願いします。

〔生涯学習課 ☎53-6264〕



お知らせ

■マイナポイント予約(マイキーID)

国では、消費税率引き上げに伴い、令和2年9月から民間キャッシュレス決済手段を用いて、チャージまたは買い物をすると、「マイナポイント25%(上限5,000円)」を付与する取り組みを実施予定です。マイナポイントを利用するためには、マイナンバーカードを取得し、そのカードを使用してマイナポイント予約(マイキーID設定)をする必要があります。市役所1階市民課で、支援を行っているので利用してください。なお、マイナポイント予約(マイキーID設定)は、パソコン

(カードリーダーが必要)またはスマートフォンのアプリ(マイナポイント)でもできます。

▷ところ 市民課窓口

▷時間 午前8時30分~午後5時15分(土・日・祝日は除く)

※マイナンバーカードが必要です。

※マイナンバーカード取得時に設定した「利用者証明用電子証明書暗証番号(4ケタ)」が必要です。

※マイナポイントの制度全般については下記へ問合せください。

マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178(音声ガイダンスに従って「5番」を選択してください。)

〔企画創生課 内線275〕

■第5回さぶみっと!ヨクスルの延期について

広報誌3月号に挟み込みました「第5回さぶみっと!ヨクスル」につきましては3月14日(土)から5月16日(土)に延期となりました。詳しくは広報誌5月号に掲載しますので、確認してください。

〔市民交流センター ☎44-3210〕

■『住まいづくり』無料相談

新築・リフォーム・バリアフリー・耐震改修など、住まいについての相談にお答えします(ただし、紛争・トラブルなどに関する事項は除く)。

▷とき 毎月第4水曜日 午後1時~4時10分(1人40分)

▷ところ 市役所 別棟2階会議室

▷定員 4名(予約制)

▷相談員 県が主催する養成講習会を受講し、相談員として県に



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 葛城コミュニティセンター…(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。

登録された建築士
 ▶申込方法 平日の午前9時～午後5時に、営繕住宅課窓口または電話で下記へ。
 [営繕住宅課 内線654]

●令和2年度個人市民税・県民税の申告延長のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策として、「令和2年度個人市民税・県民税」の申告期限を4月16日(木)まで1か月延長しています。(受付場所は2階税務課窓口)

※市役所での所得税の確定申告相談は終了しているため、所得税の申告相談ご希望の人は葛城税務署へお願いします。ただし、作成済の確定申告書をこちらでお預かりし葛城税務署に引渡することは、4月16日(木)まで可能です。

なお、延長された期限内の申告であっても、個人市民税・県民税の当初納税通知書に申告書の内容が反映されない場合がありますのでご了承ください。この場合、課税または税額変更の処理を行ったうえで、対象の人へ納税通知書等によりお知らせいたします。

[税務課 市民税係 内線245]



広告欄

■使用済みの食用油の回収

▷4月の回収日 4月27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]



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。

4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 水	奥田県住、出、秋吉
2 木	奥田、吉井、根成柿
3 金	大谷、北角、敷島町、根成柿、吉井、旭北町、本郷町、藤森、池尻、築山
4 土	神楽、有井、日之出町、日之出西、東本町、土庫住宅、花園町
6 月	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、
7 火	敷島町、西坊城、出、東雲町、松塚、三和町
8 水	東中、東中1・2丁目、春日町1・2丁目、出、勝目、田井、曙町、材木町、昭和町
9 木	東中1丁目、春日町1・2丁目、南本町、大中南、磯野町
10 金	磯野、磯野北、南本町、北片塩、大中南
13 月	大中北、新田、岡崎、中町、池田、領家、磯野北、築山
14 火	池田、領家、西代、市場、野口、築山
15 水	市場、野口、有井、築山
16 木	出屋敷、有井、西三倉堂1・2丁目、築山
17 金	西町、有井、内本町、中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目、築山
20 月	中三倉堂1・2丁目、西三倉堂1・2丁目、甘田町、敷島町
21 火	中三倉堂1・2丁目、甘田町
22 水	曾大根、今里、旭北町、旭南町
23 木	南陽町、蔵之宮町、甘田町、北片塩町、東三倉堂町、旭北町
24 金	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 月	蔵之宮町、甘田町、栄町、東中1・2丁目 西三倉堂1丁目、春日町1丁目、曾大根1丁目、永和町、磯野南町、内本町
28 火	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。
- 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。



クリーンセンター 土曜開場日

▷4月の開場日 11日・25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]

市民交流センター 休日住民票・印鑑 登録証明書発行

▷とき 午前9時~午後6時
※休館日(第1・3月曜。祝日にあたる日は翌平日)を除く
※マイナンバー入りの住民票、除票、記載事項証明は発行できません。
[市民協働推進課 ☎44-3210]

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・交付および電子証明書の更新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 4月25日(土)
午前9時~正午
【次回予定 5月23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]

マイナンバーカード スマートフォン申請

※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527]

公共施設等 にもあります 広報誌「やまとたかだ」

広報誌「やまとたかだ」は、自治会等を通して皆さんにお届けしているほか、下記の場所にもあります。

▷配置場所 市役所、勤労青少年ホーム、市民交流センター、総合福祉会館、高田温泉さくら荘、市立陵西公民館、中央公民館、図書館、総合体育館、JR高田駅、さざんかホール、東雲総合会館、葛城コミュニティセンター、コミュニティプール、天満診療所、市内コンビニエンスストア(セブンイレブン・デイリーヤマザキ・ファミリーマート ※50音順)

※部数に限りがあります。ご了承ください。

[広報広聴課 内線291]



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

参加しませんか

●多文化絵本探索

大和高田 ^{ケグリ}개구리 ^{オリニ}어린이

「ケグリ」とは「蛙」、「オリニ」とは「子ども」という意味です。

▷とき 4月19日～5月31日 毎週日曜日(5月3日を除く)

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 世界の絵本を読み合わせて、多文化を探索する講座です。絵本には、それぞれの民族・地域等の伝統、創作、興味が詰まっています。魅力溢れる絵画と言葉で表現された人々の心・多文化を享受しましょう。

▷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、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・カンチャ(金康子)
〒635-0003 土庫726-2
FAX 52-0402

開催します

●えみふる市

▷とき 4月19日(日) 午前10時～午後3時

▷ところ 大中公園芝生広場

▷内容 ハンドメイド雑貨の販売などのフリーマーケット

大中公園西側臨時駐車場を利用可
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止・延期になる場合があります。

[岸本 ☎090-3848-6622]

●相続・遺言手続支援相談会

▷とき 4月8日・22日、5月13日・27日、6月10日・24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 ☎65-1699]

●パソコンちょっと中級講座

▷とき 4月15、22日、5月13、20日、6月3、17日、7月1、22、29日、8月5、19日、9月2日(全12回) いずれも水曜日

午前9時20分～11時50分

▷ところ 県産業会館(幸町2-33)

▷内容 ①マイパソコンクリーン化設定 ②デスクトップ/フォルダー整理術③OneDriveの活用④ワードでイラスト作成I⑤ワードでイラスト作成II⑥名刺を作成しよう⑦パソコンでLINEを楽しもうI⑧パソコンでLINEを楽しもうII⑨Googleフォトの活用I⑩Googleフォトの活用II⑪パワーポイントでスライド作成I⑫パワーポイントでスライド作成II

▷対象 パソコンでワードの基本的な使い方を習得している人、または高田パソコン教室(初心者向け)を修了した人

▷定員 20名

▷費用 受講費1,100円/1回、教材費1,650円(12回分)

[NPO法人電子自治体アドバイザークラブ ☎0742-36-8520]

お知らせ

●要約筆記者養成講座パソコンコース(奈良県委託事業)

▷とき 6月6・13・20・27日、7月4・11・18日、8月1・8・22・29日、9月5・12・19・26日、10月3・10・17・24日、11月7・14・21・28日

いずれも土曜日
午前10時30分～午後3時30分(うち1時間休憩)

▷ところ

・各月1～3週目
奈良県心身障害者福祉センター(磯城郡田原本町)

・各月4・5週目
奈良県聴覚障害者支援センター(橿原市大久保町)

▷募集人員 20名(選考実施)

▷応募条件

・全回出席でき、修了後も活動の意思があること。

・Windows(8.1もしくは10)のノートパソコンを持参できること、タッチタイプができ、1分間に100文字以上の入力ができること。

▷受講料 5,000円(テキスト代は別途)

▷申込方法 5月15日(金)までに申込書に必要事項を記入して、持参・郵送(〒634-0061 橿原市大久保町320番地11 奈良県社会福祉総合センター内 奈良県聴覚障害者支援センター)またはFAX(☎0744-21-7888)で申し込み。

[奈良県聴覚障害者支援センター ☎0744-21-7880]

●「子育てステーション」

◎親子で遊びに来られる時間が1時間増えました。月～土曜日、午前9時～午後3時まで、土曜日クラスは第3土曜日の午後1時～2時です。(参加費 500円)

親と子の音楽サロン会員募集

クラス	曜日	対象
ベビークラス	(月)	生後3か月から
音楽・英語サロン	(木)	1～2歳児
音感・英語クラス	(金)	2～3歳児

▷時間 午前10時15分～11時15分

▷期間 4月～翌年3月まで

▷ところ コープなんごうテナント棟「子育てステーション」(大谷758-80)

▷内容 音楽や英語を通じて右脳を鍛え、育児相談や情報提供を行います。

▷費用 月3回で1,500円(教材費別)
※無料体験可

◎にこにこ親子タイムの予定(無料)

▷とき

日程	内容
4月28日(火)	鯉のぼりを作ろう
6月 6日(土)	ロボットで遊ぼう
7月 7日(火)	たなばた飾りを作ろう
8月 5日(水)	夜店あそびをしよう

▷時間 午前10時30分～11時15分

▷申込方法 希望の下記へ電話、メール(npomamanosato@gmail.com)または、子育てステーション(コープなんごうテナント棟「子育てステーション」(大谷758-80))で直接申し込みください。

[NPO法人マーマの里 田丸 ☎22-1438]