

やまとたかだ

2026
1
No.1088



さざんかホール おでかけコンサート



作曲家・ピアニストの加藤昌則さんと
クラリネット奏者の東出菜々さんによる市内小学校でのコンサート（→詳細は7ページへ）

新年のごあいさつ…2 グリーンセンターからのお知らせ…3
確定申告は自宅から…5 高齢者の権利を守りましょう…9

笑顔の花咲くまち
大和高田
～みんなで作る
幸せのまち～

新年のごあいさつ



大和高田市議会議長
西川 繁 和

明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、輝かしい希望に満ちた新春を健やかに迎えられたことと、心よりお慶び申し上げます。

年頭にあたり、大和高田市議会を代表いたしまして、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

さて昨年は、初の女性総理大臣として奈良県出身の高市内閣が発足し、奈良県全体が大いに盛り上がった年でした。

他方、世界では、ロシアによるウクライナ侵攻やガザ地区での紛争など、争いや人の分断が広がり、今もなお国際社会に甚大な影響を与え続けています。また国内においては、記録的猛暑や、止まらない円安などにより食料価格等が高止まりとなるなど、インフレによる影響が市民生活にも大きく及んだ1年でもありました。

国の施策として交付されている、物価高騰対策等の財源を市民の皆様にも有効に活用できているか議会ですっかり審議してまいります。

本市では今もなお、JR 高田駅東側への市立病院の新築移転問題、総合体育館の耐震問題、そして学校施設の統廃合など、市民の皆様の暮らしに直結する諸課題が、明確な進展がないまま先送りされ続けており、市長によるリーダーシップが求められているところであります。

市議会といたしましても、市民の皆様の生活の安定と向上を最重要課題として捉え、山積する大型公共事業を厳しく監視し、執行機関とは緊張感を持って向き合い、議員一同、市民の皆様が望む暮らしやすい街づくりのために、全力で取り組んでまいり所存でございます。

市民の皆様には、より一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びにあたり、市民の皆様にとりまして新しい年が、夢と希望に満ちたすばらしい年になりますよう心よりご祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



大和高田市長
堀内 大 造

新年、明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、多様化する住民ニーズに適切に対応し、安定かつ継続的な行政サービスを提供していくため、市町村連携の一環として、本市を含む周辺8市町で「公共施設の相互利用に関する協定」を締結いたしました。自治体同士が相互連携することで、市民の皆様により良いサービスを提供できればと期待しております。

本年も、「災害に強いまちづくり」「子育てしやすいまちづくり」等を基軸に、誰もが住み続けたい大和高田の実現に取り組みます。

防災・減災としては、災害から得られた教訓や課題をふまえた地域防災計画の見直しや、避難情報の変更に基づくハザードマップの更新などにより、地域のレジリエンスを高めます。

子ども・子育て分野については、「こどもまんなか宣言」を掲げ、妊娠期から学齢期・若者期まで切れ目ない支援を拡充します。さらに、支援の総合窓口となる「こども家庭センター」に関連事業を集約し、相談・支援・関係機関連携を一体的に推進します。

これらに加えて、「チャレンジ大和高田」として、商業施設・大型宿泊施設・大学の三つの誘致の可能性の研究を進め、平日も休日も、昼も夜も、人が集い、交流し挑戦できる大和高田を育てます。

今後も、地域内での繋がりを一層大切に、事業者同士の共創、学校や福祉、文化・スポーツでの連携を通じ、まちの魅力と誇りを高め、子ども達が将来に希望を持てる大和高田を築いてまいりますので、引き続きお力添えを賜りますようお願いいたします。

クリーンセンターからのお知らせ

○集団資源回収助成金交付の停止について

長年にわたり、再生利用可能な一般廃棄物(資源ごみ)の回収活動を促進することにより、市内から発生する資源の再生利用およびごみの減量化を推進し、資源の有効利用と環境の保全に資するため、資源の回収を行う団体に対して助成金を交付してきましたが、令和8年1月からの回収分より助成金の交付を停止します。

その理由としては、「集団資源回収の活動を通じて、分別や再生利用の意識向上などにより、ごみの減量化について一定の成果が得られたこと」、「集団資源回収の対象となっている資源ごみのほとんどを市が回収を行っており、回収が重複化していること」、「近年の紙類の市場の買い取り価格が安定していることで団体への収益となっていること」などを鑑みた結果です。

今後、助成金を交付しませんが、登録団体で活動を継続することができます。なお、団体での活動を廃止する場合は、担当課まで連絡してください。

なお、このお知らせは、現在登録されている団体の代表者へ、令和7年11月5日に送付しています。

○家庭用生ごみ処理機器購入補助金について

家庭用生ごみ処理機器購入補助金は、今年度をもって停止することとなりました。予算がなくなり次第、受付を終了しますので、お早めの申請をお願いします。

○クリーンセンターのごみ処理手数料改定について

令和8年4月1日より、クリーンセンターへごみを搬入される場合のごみ処理手数料を以下のとおり変更いたします。

【令和8年3月31日搬入分まで】

ごみ種別	単 位	手数料
生活系ごみ	5キログラムにつき	68円
事業系ごみ	5キログラムにつき	68円

【令和8年4月1日搬入分より】

ごみ種別	単 位	手数料
生活系ごみ	(搬入量100kg 以下の部分) 5キログラムにつき	50円
	(搬入量100kg を超える部分) 5キログラムにつき	80円
事業系ごみ	5キログラムにつき	80円

※生活系ごみの単位で「搬入量100kg」とは、搬入1回(1計量)の重量を指します。

※5キログラム未満は5キログラムとみなします。

☎ 企画整備課 (☎52-1600)

令和8年度償却資産(固定資産税)の申告

市内に事業用の償却資産を所有している法人や個人の方は、地方税法第383条の規定に基づき、毎年1月1日現在の資産状況を、市役所へ申告する必要があります。

《償却資産とは》

土地および家屋以外の事業用資産で、その減価償却額または減価償却費が、法人税法または所得税法上の規定による所得の計算上、損金または必要な経費に算入されるものをいいます。

○各業種共通のもの

構築物	看板、塀、フェンス、駐車場の舗装、外構工事、外灯など
工具・器具および備品	机、椅子、応接セット、パソコン、ロッカー、コピー機、レジスターなど

○業種別の例

小売店	商品陳列ケース、自動販売機、冷蔵庫、冷凍庫など
飲食店	接客用家具・備品、厨房設備、冷蔵庫、冷凍庫など
理容業・美容業	パーマ器、消毒殺菌器、サインポール、理・美容椅子、洗面設備、タオル蒸器、テレビなど
医院・歯科医院など	ベッド、X線装置、電気血圧計、保育器、各種検査機器、待合室用椅子など
工場・製造業	施盤、プレス機、金型、溶接機、編み機、構内舗装など
農業	ビニールハウス、農耕作業用車両（自動車税などが課税されていないもの）、乾燥機、精米機、籾摺り機など
太陽光発電事業	太陽光発電設備一式

※申告時には、法人の方は固定資産台帳や法人税申告書別表16(2)などを、個人の方は所得税の申告における減価償却費の計算欄、固定資産を管理している帳簿などを基に申告書に記載してください。

▶申告方法

申告用紙などの書類に必要事項を記入して提出してください。申告に必要な書類は、市ホームページからダウンロードできます。

[申請書等ダウンロード] ⇒ [くらし・手続に関する申請書] ⇒
[申請書等ダウンロード：税務課] ⇒ [固定資産税に関する申請書等]



※インターネット環境のない人は、郵送または窓口で申告用紙を渡しますので税務課まで連絡してください。

・郵送での申告

2月2日(月)【消印有効】までに、市役所税務課(〒635-8511 大字大中98番地4)へ郵送してください。
※申告書にはマイナンバーの記載をお願いします。個人の方は、個人番号を確認できる資料(個人番号カードの裏面または通知カードなど)および本人確認資料(運転免許証、個人番号カードの表面など)の写し(コピー)を添付のうえ、提出してください。

・電子申告

地方税電子申告 eLTAX(エルタックス) ホームページ(<https://www.eltax.lta.go.jp>)から申告できます。利用時間は、平日8時30分～24時です。
※土・日・祝日、年末年始(12月27日(土)～1月3日(土))を除く。
※1月4日(日)～2月2日(月)は、1月4日(日)および毎週月曜日を除き、土・日曜日を含めて24時間(メンテナンス時間を除く)利用できます。



・窓口での申告

1月5日(月)～2月2日(月)の8時30分～17時15分の間に、市役所2階税務課窓口へ提出してください。
※土・日・祝日を除く。
※申告書には、マイナンバーの記載をお願いします。個人の方は、個人番号を確認できる資料(個人番号カードまたは通知カードなど)および本人確認資料(運転免許証、個人番号カードなど)の提示をお願いします。

☎ 税務課固定資産税担当(内線2243)

確定申告は自宅から ～スマホ申告が簡単・便利に～

e-Taxの★5つのメリット

自宅から



申告可能

確定申告期間の利用可能時間



24時間※
いつでも

※メンテナンス時間を除きます

申告書のデータ



取得可能

添付書類



不要※

※一部の書類は除きます

還付金



早期還付

3週間程度で還付！
書面提出の場合は
1か月～1か月半程度で還付

○スマホ申告（e-Tax）に必要なもの

- ✓マイナンバーカード
- ※マイナンバーカードおよび電子証明書の有効期限にご確認ください
- ✓マイナンバーカード読取対応のスマホ
(または IC カードリーダライタ)
- ✓マイナンバーカードのパスワード2つ
- ①署名用電子証明書のパスワード
(英数字6～16文字)
- ②利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)

確定申告書等作成コーナーなら金額等を入力するだけで自動計算で申告書が完成！

マイナポータル連携で控除証明書等のデータが自動入力できる！



葛城税務署以外の申告書相談会場（スマホ申告専用）

申告書相談会場	開設期間	開設時間
イオンモール橿原 3階イオンホール	2月3日(火)～5日(木)	10時～15時30分
	2月6日(金)	10時～12時

スマホにマイナポータルアプリをインストール



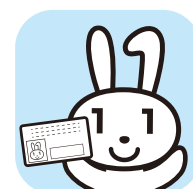
- ・申告書相談会場では混雑緩和のため、入場整理券を配付しています。
- ・混雑状況によっては、早めに相談受付を終了する場合があります。
- ・スマートフォンを持っていない人は自宅で作成、または2月16日(月)以降に葛城税務署へお越しください。

- ①スマートフォン ②マイナンバーカード

③2種類のパスワード

 - ・利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)
 - ・署名用電子証明書のパスワード(英数字6～16文字)

④マイナポータルアプリのインストール&ログイン



※相続税、贈与税、土地・建物・株式などの譲渡所得の相談は行っていません。

【マイナポータルアプリ】

iPhone 用 android 用



パスワードを忘れた場合やロックされた場合の対処法は、公的個人認証サービスのポータルサイトを確認ください。



葛城税務署 (☎22-2721)



市営住宅入居者募集 (令和8年4月入居予定分)

▷申込資格

- 住宅に困っている人(持家のある人は不可)
- 基準月収額158,000円以下の人
- 令和7年12月1日時点で、3か月以上市内に居住または勤務する人
- 市税(国保税を含む)の滞納がない人(納付状況調査を実施し、滞納があれば不承認)

※その他条件あり

※敷金は、家賃の3か月分

※家賃は、入居家族全員の収入の合計で計算

▷受付期間

1月23日(金)～2月6日(金) 9時～17時まで

※土・日曜日を除く(最終日は16時まで)

▷申込案内

1月23日(金)から市役所2階 住宅課で配布

▷公開抽選

2月16日(月)14時 市役所5階 会議室7

団地名	募集戸数	家賃	見学会 1月30日(金)
礪野	5戸	10,100円～ 22,200円	10時～11時
西坊城	2戸	21,600円～ 43,000円	11時30分～12時
サンライズ	4戸	25,300円～ 49,800円	14時～15時

※上記家賃は3月までの家賃であり、4月から最大数百円の変更がある場合があります。

※西坊城・サンライズ団地は、上記の表に掲げる家賃とは別に、駐車場使用料月額2,000円が必要です。

☎ 住宅課(内線2743)

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。

物件番号	所在地	地目	地積(㎡)	用途地域	現況	最低売却価格
1	曙町755番1 754番1	宅地	878	第一種住居地域	更地	10,230,000円
2	曙町747番4	宅地	111.67	第一種住居地域	更地	1,903,000円
3	曙町800番13	宅地	158.66	第一種住居地域	更地	2,225,000円
4	大字大谷572番1	宅地	2003.05	市街化調整区域 (都市計画法第34条 第11号指定区域)	建築物有	13,341,000円
5	市場545番1 545番5	宅地	1512.17	第一種住居地域	更地	23,940,000円
6	日之出東本町 1370番2	雑種地	2425	第一種住居地域	更地	73,990,000円
7	大字吉井40番7	宅地	3195.27	市街化調整区域 (都市計画法第34条 第11号指定区域)	更地	61,030,000円

▷申込期間 1月5日(月)から2月4日(水)

※土・日曜日・祝日は受付しません。

▷受付時間 9時～17時(12時～13時を除く)

▷受付場所 市役所4階 総務課

※申込者の資格・条件など詳しくは、市ホームページで確認してください。



詳しくはこちら

☎ 総務課(内線4211)

さざんかホール おでかけコンサート ～音楽が、未来への扉をひらく～

文化会館に来館することが難しい方にも、音楽をはじめとするアートの魅力を届けるためのアウトリーチ事業の一環として、令和5年度から市内すべての小学校で4年生を対象に「さざんかホールおでかけコンサート」を実施しています。

今年度は11月11日からの4日間、作曲家・ピアニストの加藤昌則さんと、クラリネット奏者の東出菜々さんが各校を訪問。演奏を交えながら楽器の魅力や音楽が生まれる仕組みを紹介しました。

加藤さんは、子どもたちの反応に寄り添いながら内容を組み立て、同じテーマでありながら、一回一回が異なる印象のコンサートを演出。「少し知ることで、音楽はもっと面白くなる」という自身の経験をもとに語られる言葉は、子どもたちの心に自然と届いていきました。

この4年生アウトリーチには、音楽体験にとどまらず、将来について考え始める子どもたちに、夢や希望を描くきっかけを届けたいという思いも込められています。

また、音楽やホールを身近に感じてもらい、実際に足を運んでもらうため、「ホールはこころのレストランプロジェクト」を実施しています。このコンサートの記憶が学校や家庭で話題となり、子どもたちの心に残ることを願いながら、今後も音楽と人をつなぐ取り組みを続けていきます。



【ホールはこころのレストランプロジェクト】

2月14日(土) 開催 加藤昌則 × 北村聡 デュオ・コンサート

詳細・招待席のお申込みは右記の二次元コードから



問 文化振興課(☎53-8200)

大和高田歴史文化セミナー

郷土の歴史を学び、ふるさと大和高田への郷土愛を育むため、『大和高田歴史文化セミナー』を開催します。

開催日	テーマ	講師(敬称略)
1月15日(木) 10時から12時	大和国広瀬郡 葛下郡の古代史	元龍谷大学文学 部歴史学科教授 平林 章仁
2月12日(木) 10時から12時	たかだの魅力再 発見！ 「思ってたんと ちがう！」	大和高田市教育 委員会事務局生涯 学習課 文化財係係長 北中 恭裕

▷ところ さざんかホール3階 小ホール

▷受講料 1回200円

▷定員 150名程度(先着順・当日受付)



問 文化振興課(☎53-8200)

第23回 大和高田八景作品展

八景として選定された景色を題材とした作品を展示します。八景とは、高田川畔の桜、大中公園(桜華殿)、花火(夏祭り)、蓮取り行事と捨篠池の蓮華、専立寺と寺内町、総合公園、近鉄大和高田駅前風景、コスモス畑(市の花)です。

▷とき 2月7日(土)～2月11日(水)10時～17時(最終日は16時まで)

※2月9日(月)は休館日のため除く

▷ところ さざんかホール2階 展示ホール

▷出展作品

日本画・洋画・写真

○「大和高田の景色を描こう！」も開催

小・中・高校生が夏休みに描いた「自分だけの大和高田」を展示します。子どもたちがいきいきと自由に大和高田の景色を描いてくれました。



前回の洋画の部大賞作品

問 文化振興課(☎53-8200)

コスモスプラザで百人一首



- ▷とき 2月7日(土)13時30分～15時
 - ▷ところ 市民交流センター2階 交流スペース
 - ▷対象 どなたでも(定員30名程度)
 - ▷主催 畝傍高校(協働:市民交流センター)
- ※申込は下記の二次元コードから



畝傍高校
小倉百人一首
かるた部主催!
みんなで百人一首
を楽しみましょう!



詳しくはこちら

問 市民交流センター(☎44-3210)

1月10日は、110番の日



～こんな時はどこへ電話をかけるの?～



事件・事故! 緊急!!
今すぐ警察官に来て欲しい!!
こんなときは緊急通報ダイヤル

110番

不安・心配・悩みごとなど
警察に相談したい!!
こんなときは警察相談ダイヤル

#9110番



落とし物・各種届出・手続
その他、お問い合わせなど
こんなときは

最寄りの警察署

問 高田警察署(☎22-0110)

大和高田市公共ライドシェア 「みくタク」



詳しくはこちら

お買い物などを気軽にできるよう、タクシー事業者と共同で公共ライドシェアの実証実験をしています。利用者からの配車リクエストを市内すべてのタクシー事業者に優先的に通知し、タクシーでの対応が難しい場合にはライドシェアを配車します。

- ▷運行期間 1月31日(土)まで
- ▷運行日時 毎週木・金・土曜日
9時～13時および20時～24時
- ▷決済方法 クレジットカードまたは PayPay
- ▷配車方法 電話(☎050-3490-5998)
またはアプリ「パプテク」で予約
- ▷運賃 距離制(タクシーの運賃と同額)

問 まち振興課(内線2411)



年末年始のコンビニ交付 サービス停止について



新システムの移行作業に伴い、下記の期間、マイナンバーカードを利用した証明書コンビニ交付サービスが停止となります。

▷交付停止期間

12月26日(金)20時から
令和8年1月13日(火)12時まで

▷交付停止証明書

- ・住民票の写し
- ・印鑑登録証明書
- ・課税(非課税)証明書



※市役所窓口は12月26日(金)17時15分から令和8年1月5日(月)8時30分まで閉庁しています。



コンビニ交付サービス
について



コンビニ交付サービス
停止について

問 市民課(内線1313)

高齢者の権利を守りましょう

介護や認知症のことで悩んでいませんか？

介護は長期にわたることも多く、家族だけで頑張っていると、お互いに心身の疲労や負担が増加します。介護に一生懸命取り組むあまり、怒鳴ったり、手をあげてしまうことも少なくありません。またこれまでの人間関係や経済的な悩み、相談者が身近にいないなどの複雑な事情を抱えていることもあります。一人で抱え込まずに、まずは**地域包括ケア推進課**にご相談ください。

相談窓口

地域包括ケア推進課
(地域包括支援センター)
(☎22-1101)
(FAX24-1055)



どんな行為が虐待になるか知っていますか？

身体的虐待



- 殴る、蹴る、たたく
- ベッドに縛りつけるなど

心理的虐待



- 怒鳴る、ののしる、悪口を言う
- 侮辱を含めて、子供のように扱うなど

経済的虐待



- 日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない
- 年金や預貯金を無断使用するなど

性的虐待



- 排泄の失敗に対し、罰として下半身を裸にして放置する
- わいせつな行為をするなど

介護・世話の放棄・放任



- 食事を与えない、おむつを交換しない
- 必要な受診をさせないなど

高齢者虐待は誰もが直面する可能性のある問題です。できるだけ早く、第三者のアドバイスや支援を受けることが重要です。

少しでも、虐待かもしれないと思ったら、**地域包括ケア推進課**に相談してください。

守秘義務により、誰が連絡したか周囲に漏れることはありません。

こんな制度を活用していますか？

●介護保険制度

訪問介護（ヘルパー）や通所介護（デイサービス）等といった在宅サービスや特別養護老人ホームなどの施設サービスがあります。

●成年後見制度

認知症などにより判断能力が十分でない人の財産管理や日常生活上のさまざまな契約などを、本人に代わって後見人などが支援する制度です。



☎ 地域包括ケア推進課（内線1647）

かもきみの湯 年始の料金

1月2日(金)、1月5日(月) 9日(金)は、中学生以上の当日入浴券が800円/1名です。

※通常期間は平日700円、土日祝は800円

かもきみの湯

(☎66・2641)

国保からのお知らせ

特定健診の受診期限は2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1万円相当の健康診断を無料で受診できる特定健診を実施しています。

詳細は受診券に同封のリーフレットを確認するか、保険医療課まで問い合わせてください。なお、医療機関で健診を受診する際は、医療機関へ直接予約してください。

▽対象 国保に加入している40歳～74歳の人

▽費用 無料

ねんきん Q&A

Q 私は、20歳になりました。日本年金機構から、国民年金加入のお知らせが送られてきましたが、国民年金保険料を払わなければなりません。

A 国民年金は高齢になったときや、病気やケガなどいざというときの生活を、現役世代みんなで支えようという考えで作られたしくみです。

20歳以上60歳未満の日本国内に住む人は、国民年金に加入することが義務付けられています。

20歳になったことで、国民年金第1号被保険者(※1)となり、加入と保険料のお知らせが送られています。(※2)

令和7年度の国民年金保険料は、1か月17,510円です。

経済的に保険料を納めることが困難な場合は、免除・納付猶予制度や、学生納付特例制度があります。市民課年金担当で相談してください。

(※1) 20歳以上60歳未満の学生・農林漁業者・自営業者・無職の人などです。

(※2) 厚生年金・共済組合加入者またはその人の被扶養配偶者で、「国民年金加入のお知らせ」が届いた人は、「ねんきん加入者ダイヤル」(☎0570-003-004)に連絡してください。

☎ 市民課年金担当(内線1330)

▽必要なもの 国保の資格が確認できるもの(資格確認書、資格情報のお知らせなど)、受診券、質問票

▽期間 2月28日(土)まで

※後期高齢者健康診査においても受診期間は2月28日(土)までです。受診には自己負担金500円がかかります。詳細は受診券に同封の案内を確認してください。

株式・配当等の所得申告と国民健康保険税について

株式や公募株式投資信託の譲渡益や配当を申告する

☎ 保険医療課国保担当

(内線1657)

令和7年度特定健診啓発ポスターコンクールの最優秀作品が決定!



市内の小学生を対象に実施したポスターコンクールで、最優秀賞に輝いた高田小学校4年生の上田 海詩さんに、市長から表彰状と副賞の図書カードが贈呈されました。

上田さんの作品は、来年度の特定健診啓発ポスターとして採用され、市内の公共施設や医療機関等に掲示される予定です。

たくさんのご応募ありがとうございました。

☎ 保険医療課(内線1657)

しゅわ 手話で かいわ 会話してみましょう



新年のあいさつを手話で表してみま
しょう。「お正月(1月1日)」「おめでと
う」で「あけましておめでとう」となり
ます。



あけましておめで
とうございます。

今年もよろしく
お願いします



今年の干支は何ですか？

うまです。



「うま」は馬のたてが
みを表しています。み
なさん自分の干支を
身振りで考えてみて
ください。



上の会話の
手話動画はこちら

問 社会福祉課 (内線 1510)

市立学校入学式に 「就学通知書」を

4月から市立小・中学校
に入学する児童・生徒の家
庭に、「就学通知書」を送り
ます(1月30日(金)までに発
送予定)。入学式当日に、指
定された学校へ持ってきて
ください。

※届いていない場合や記載
内容に誤りがある場合
は、学校教育課へ連絡し
てください。

※国立・県立・私立の小・中
学校に入学する場合は、
次のものを持って、学校
教育課へ。

①入学を証明するもの(入
学許可書、入学承諾書な

ど)

②「就学通知書」

問 学校教育課(内線 2942)

こども家庭課から のお知らせ

母子父子自立支援 プログラム

ひとり親家庭で就職を目
指す人を対象に、プログラ
ム策定員との面談を受ける
ことが可能です。

一人ひとりのケースに応
じた就職までの自立支援
プログラムを作り、ハロー
ワークなどと連携し、就業
までをサポートします。

※要事前連絡

ひとり親家庭の就労を支援 「母子家庭等自立支援給付 金事業」

●**自立支援教育訓練給付金**
職業能力の開発を促進す
るため対象講座の受講料の
一部を支給します。

▽支給対象

母子家庭の母・父子家庭
の父で、自立に向けた計画
(母子・父子自立支援プログ
ラムの策定など)の支援を
受けている人

▽対象講座

雇用保険制度の教育訓練
給付の指定講座(医療事務、
パソコン資格、介護職員初
任者研修など)

●**高等職業訓練促進給付金**

対象資格の取得のため

に、養成機関において6か
月以上のカリキュラムを修
業し、対象資格の取得が見
込まれる人へ、一定期間の
生活費を支給します。

▽支給対象

・母子家庭の母・父子家庭
の父

・児童扶養手当受給者また
は児童扶養手当を受給で
きる所得水準にある人
(所得水準を超過した場
合でも、1年に限り引き
続き対象者となります)

・就業または育児と修業の
両立が困難と認められる
人

▽対象資格

看護師、准看護師、保育
士、介護福祉士、作業療法
士、理学療法士、歯科衛生
士、美容師、社会福祉士、製
菓衛生師、調理師、情報関係
分野等の民間資格など

※いずれも要事前相談。

問 こども家庭課

(内線 2575)

市税の納期限のお知らせ

2月2日(月)は国民健康保険税第7期の納期限です。
金融機関、コンビニ、納付書に印字された「eL-QR」や「eL 番号」
を利用してスマホ決済やクレジットカードで早めの納付を。口
座振替も便利です。

市税の納め忘れはありませんか

固定資産税第1期～第4期、軽自動車税、市県民税 第1期～4
期、国民健康保険税 第1期～第6期については納期限が過ぎてい
ます。滞納となっている場合は直ちに納付してください。

なお、やむを得ない理由で一時的に市税を納期限までに納め
ることが困難な場合は、直ちに収納対策課へ相談してください。

問 収納対策課(内線 2269)

インターネット公売の実施

下記日程でインターネット公売を実施します。
▷**ところ** KSI 官公庁オークション
(<https://kankocho.jp>)



○動産・自動車

▷**参加申込期間** 1月8日(木)13時から1月26日(月)23時まで
▷**入札期間** 2月2日(月)13時から2月4日(水)23時まで

○不動産

▷**参加申込期間** 1月8日(木)13時から1月26日(月)23時まで
▷**入札期間** 2月2日(月)13時から2月9日(月)13時まで

※詳しくは、市ホームページか下記まで問い合わせてく
ださい。

問 収納対策課(内線 2267)

地域包括ケア推進課からのお知らせ

認知症への取り組み

〇もの忘れ相談プログラム

タッチパネルでいくつかの質問に答えるだけで、手軽に認知症をチェックできます。

※予約制（地域包括ケア推進課へ要申込）

〇脳活動量測定器

タッチパネルと頭部センサーで、記憶力や注意力、頭の回転がチェックできます。

※予約制（高齢者いきいき相談室（☎44・3215）へ要申込）

〇認知症簡易チェックサイト

パソコンやスマホから簡単に認知症をチェックできます。利用料無料、登録不要です。（通信料は自己負担）



〇見守りQRコード活用事業

認知症などが原因で外出先から帰れなくなった人が保護されたときに、自宅に早く帰られるよう「QRコードシール」をお渡しします。

利用する本人やその成年後見人が申込可能です。相談は左記まで。

単身世帯の高齢者の方へ緊急通報システムのご案内

▽内容

- ・月に1回、安否確認の電話が入る
- ・24時間365日、看護師などに健康相談可能
- ・緊急ボタンを押すと市が委託する緊急通報受信センターにつながり、救急要請や協力員へ連絡可能
- ・協力員が対応できない時は、委託業者の職員が自宅まで駆けつける「駆けつけサービス」が利用可能

※利用には、緊急時に対応できる親族や地域の人が1名以上必要

※利用料など、詳しくは左記へ

▽申込方法

左記窓口で申し込み

問 地域包括ケア推進課

（内線1641）



使用済み「食用油」を回収しています

▷1月の回収日 1月26日(月)

9時15分～9時30分	市立陵西公民館
9時45分～10時00分	橘町集会場前
10時15分～10時30分	築山公園前
10時45分～11時00分	堀青少年会館(溝コミュニティセンター)
11時15分～11時30分	曙町青少年会館(東部こども会館)
11時45分～12時00分	片塩幼稚園東側道路
13時15分～13時30分	総合体育館
13時45分～14時00分	大和ガス南側道路
14時30分～14時45分	市立菅原公民館
15時00分～15時15分	ネオシティ大和高田正面玄関前
15時30分～15時45分	葛城コミュニティセンター前
16時00分～16時15分	春日町会館前

◎市役所開庁日(10時～15時)市役所北側駐車場のごみコンテナ横でも回収しています(祝日除く)。

◎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。

問 クリーンセンター(☎52-1600)

介護保険課からのお知らせ

口座振替済通知書を送付

介護保険料を口座振替で納付している人へ、1月中旬までに1年間(令和7年1月～令和7年12月)の振替状況を記載した通知書を送付します。通知書が届くまでの間は、預貯金通帳で振替状況を確認してください。

介護保険料納付確認書が必要な人へ

確定申告の社会保険料控除などに介護保険料の納付確認書が必要な人は、運転

高額介護サービス費振込通知を送付

高額介護サービス費が支給されていた人へ、1月下旬までに1年間(令和7年1月～令和7年12月)の振込状況を記載した通知書を送付します。通知書が届くまでの間は、預貯金通帳で振込状況を確認してください。

問 介護保険課(内線1624)

市民活動団体を紹介「子ども未来応援隊」

- ▷活動日時 不定期
- ▷活動場所 ゆうゆうセンターなど
- ▷活動内容 子どもが子どもらしく表現活動できる居場所作り、そして子どものやってみたい気持ちを全力で応援できる親力向上支援を目的とし、モンテッソーリ保育士が開催する子育て広場やベビーマッサージ、無料の子育て応援講座の開催などを毎月開催しています。
- ▷ひとこと 子育ては大変だからこそ楽しんだモン勝ち。ママの笑顔は家族の幸せにつながるからこそ、私達と共に一緒に笑い声があふれる子育て環境を作っていきましょう。
- ▷問い合わせ先 ☎080-6177-8712(金森)

問 市民交流センター(☎44-3210)

詳しくはこちら



水道資材納入業者の入札
参加資格申請受付

市内・市外業者の受付です。

▽受付期間 1月5日(月)～

2月20日(金)(土・日・祝日を除く)

9時～12時、13時～16時

▽提出書類 奈良県広域水道企業団ホームページに掲載しています。

▽提出方法 奈良県広域水道企業団大和高田事務所業務課へ持参または郵送

※郵送の場合は1月5日(月)～2月20日(金)の消印有効

▽郵送先 〒635-0016 大和高田市大東町5番22号

奈良県広域水道企業団大和高田事務所業務課 宛

※郵送の場合は切手の貼った返信用封筒を同封してください。

▽指名願有効期間

●市内業者 令和8・9・10年度

●市外業者 令和8・9・10年度

▽納入資材 量水器、水道

専用補修材料、その他水道専用資材

問 奈良県広域水道企業団大和高田事務所業務課
(☎52・1365)

移動・外出支援ボランティア養成講座

移動・外出困難者をサポートする知識・スキルを学びませんか

▽とき 1月21日(水)9時～12時

▽ところ 総合福祉会館

▽内容 関西STS連絡会・講義「移動・送迎サービスに必要な心構えとマナー」と「必要な介助と介護の様子(利用者心理と接遇)」

・実技「乗降介助などの対応」

▽要件

・本市在住、普通運転免許所持、普段から運転している人

・移動・外出支援に興味があり、勉強したい人

・今後地域で移動・外出支援を始めたい人

・既に地域で運転ボランティアを始めている人

▽参加費 無料

▽定員 15名(先着順)

▽申込期間 1月5日～16日(8時30分～17時)

▽申込方法 左記窓口か電話にて申し込み

問 大和高田市社会福祉協議会
(☎23・2294)

公共職業訓練受講生募集

▽募集科目

①CADものづくりサポート科

②住宅リフォーム技術科

③CAD/NC技術科

④電気設備技術科

※①②は各6名程度、③④は各10名程度

※③④はビジネススキル講習付

▽対象 訓練を受講して、再就職を希望する人

▽訓練期間 3月4日(水)～8月28日(金)(③④は9月30日(水)まで)

▽訓練場所 ポリテクセンター奈良(無料駐車場あり)

※受講料無料、教科書代などは自己負担

▽申込方法 1月5日(月)～28日(水)

問 ポリテクセンター奈良
(☎0744・225226)

文化財を火災から守ろう

昭和24年1月26日は法隆寺金堂から出火し、国宝の壁画が焼損したことから、「文化財防火デー」として定められ、今年で72回目になります。

奈良県広域消防組合はその日にあわせ、様々な訓練や広報活動を実施しています。みなさんで貴重な文化財を守りましょう。

問 高田消防署
(☎25・0119)



クリーンセンター ごみ持込休日開場

※ごみ持込みには事前予約が必要です

▷とき 1月12日(月・祝)、1月24日(土) 9時～10時30分

▷業務内容 可燃、不燃(粗大ごみ含む)の持込みごみの受入れのみ

※事前予約は、電話で受け付けています
(☎24-5489 平日9時～16時受付)。

問 クリーンセンター企画整備課(☎52-1600)



日曜受付 マイナンバーカード

▷とき 1月25日(日) 9時～12時
【次回予定 2月15日(日)】

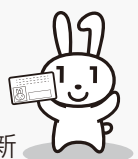
▷ところ 市役所1階市民課

▷内容 申請受付・交付、電子証明書更新

※持ち物など、詳しくは市民課へ。

※申請者本人が来てください。

※休日窓口は非常に混雑することが予想されます。時間に余裕をもってご来庁ください。問 市民課(内線1313)



第1回 大和高田市ボランティアフェスティバル開催

地域で活躍するボランティア団体や市民の活動を知り、つながるきっかけとなるイベントです。市民一人ひとりが支え合いの輪を広げ、地域に貢献するボランティア活動を身近に感じingことを目的としています。当日は各団体による活動発表コーナーや福祉体験ブースなど、家族で楽しめる内容が盛りだくさんあります。

▽とき 2月8日(日)10時～15時

▽ところ 総合福祉会館
▽内容 活動発表コーナー、福祉体験ブース、手作り体験コーナー、キッズコーナーなど

問 大和高田市社会福祉協議会
(☎23・5426)

高田・葛城「万葉集の風景」

▽とき 1月24日(土)13時30分～16時40分(13時開場)

▽ところ さざんかホール
小ホール

▽内容

○講演 高田・葛城「万葉集の風景」～いにしへ人の心をメロディーに乗せて～

○講師 岡本三千代(万葉うたがたり会主宰)

○座談会 岡本三千代、下村敏博(万の言の葉の歌作者・弁護士)、上嶋晴久(進行)

○コンサート

アンサンブル・エテルノ各位、上山弥容子(ソプラノ)、金子智瑞子(ピアノ)

▽定員 230人(参加無料・申込先着順)

▽申込方法 FAX(24・2262)またはメール(yumesakijyuku@gmail.com)に名前、電話番号、メールアドレスを記載し申し込み

問 夢咲塾 上嶋
(☎060・9114・6969)

地域づくりシンポジウム「盛年力」を活かし未来へつなぐ地域の価値づくり

奈良フェニックス大学主

催の、地域づくりを学び・語るシンポジウムです。

▽とき 1月29日(木) 13時～16時30分(定員100名・先着申込順)

▽ところ やまと郡山城ホール 地下1階「レセプションホール」

▽参加費 資料代500円

▽申込方法 下記二次元コードまたは 奈良フェニックス大学のホームページから申し込み



問 奈良フェニックス大学 猪岡
(☎090・7119・8284)

自衛官などの募集

○募集種目 自衛官候補生、高等工科学学校生徒、自衛隊奨学生

※受験資格、受付期間、試験日など、詳しくは左記へ



問 自衛隊奈良地方協力本部 檀原地域事務所
(☎0744・29・9060)

バランススキル多言語講座

大和高田「ケグリ」とは「蛙」、「ケグリ」とは「蛙」、「オリニ」とは「子ども」という意味です。

▽とき 1月18日～2月22日 毎週日曜日13時～14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 聞く、話す、読む、書く、ジェスチャーというコミュニケーションスキルをバランスよく学ぶ多言語講座。韓国・朝鮮語、中国語、英語、日本語のいずれか希望言語を明記の上、申し込みください。

▽対象 子どもから大人まで年齢不問

▽参加費 各回2000円

▽申込方法 1週間前までに、往復はがきに名前、住所を明記の上、申し込み。

▽連絡先 キム・カンチャ(金康子)
(☎351・0003
土庫72612)

広告スペース



大和高田市公式X (旧Twitter)

重要なお知らせやホームページに更新したお知らせを中心に発信中！



人権 シリーズ

252

「節分」と

人権意識について

2月の風物詩、節分。豆を
まいて「鬼は外、福は内」と
唱えるこの行事は、古くから

邪気を払い、福を呼び込む日
本の伝統文化として親しまれ
ています。また、家族や地域
のつながりを感じる、温かい
ひとときでもあります。

しかし、私たちが何気な
く行っているこの風習に、少
しだけ立ち止まって考えてみ
たいことがあります。それは、

「鬼」という存在を排除する
という構図が、現代の人権意識と
どう関係するかという点です。

「見た目や考え方が違う人」
「社会の中で弱い立場にある人」
が、無意識のうちに「鬼」と重
ねられてしまうことはないで
しょうか。「異質なものを遠ざ
ける」というメッセージが、知
らず知らずのうちに広がってし
まう可能性もあります。

最近では、鬼を「心の中の弱
さ」や「怒り」として捉え、自
分自身と向き合う機会にする教
育的な取り組みも広がっていま
す。これは、節分を人権教育の
一環として再構築する試みであ
り、非常に意義深いものです。

伝統と人権は、対立するもの
ではありません。むしろ、伝統
を現代の価値観に照らして見直

すことで、より豊かな文化へ
とつながっていきます。

次の節分には、豆をまくだ
けでなく、その意味を少しだ
け考えてみませんか。そこに
は、誰もが安心して暮らせる
社会づくりへのヒントが隠さ
れているかもしれません。



人権施策課指導主事

野村 和啓

問 人権施策課（内線3342）



健やかな毎日を 送るために



「冬を元気に

のりきろう」

1年で最も寒い季節がやっ
てきます。食事・運動・睡眠・
感染症予防に気をつけて冬
を健康にすごしましょう。

1. 胃腸をいたわり、栄養の
あるものを

年末年始の暴飲暴食で胃
腸は疲れています。消化に
良いものをとり、体を温め
る食材（根菜類、発酵食品、
ねぎやショウガ）や免疫力
を高めるタンパク質を積極
的にとりましょう。

2. 寒さ対策と感染症予防

気温が低く空気が乾燥す
ると風邪やインフルエンザ
が流行します。加湿器や濡
れタオルで室内の湿度を50
〜60%に保ち、定期的な換
気を心がけましょう。手洗
いやうがいをごまめに行い、
人ごみではマスクを着用し
ましょう。

また、寒さで血圧が上昇
し、脳梗塞や心筋梗塞など

の心血管疾患が発症しやす
い季節です。特に暖房の効
いた部屋から寒い浴室やト
イレへの移動など、急な温
度変化がある場所では血圧
が大きく変動し心臓に大き
な負担がかかり危険です。
脱衣所や浴室をあらかじめ
暖めるなど室内の温度差を
少なくする工夫を。

3. 適度な運動と睡眠

寒さや日照時間の減少に
より、疲れやすい、気分が
落ち込むなどの心身の不調
を起こすことがあります。
適度な運動や日光浴を心が
け、体と心をリフレッシュ
させましょう。冷え対策に
も効果的です。

質のよい睡眠には、寝る
1〜2時間前の入浴（38〜
40℃程度のお湯につかる）
がよく、寝室の温度は16〜
19℃に保つのが良いとされ
ています。

天満診療所 医師 梅本 典江
問 天満診療所（☎52・5357）

いま、市立病院では

Now, at the municipal hospital

新年のごあいさつ

新年を迎え、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は、地域の皆さまから当院の医療活動にご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。新型コロナウイルス感染症がおおむね収束し、医療活動は徐々に従来通りに戻ってきています。一方で、急激な人件費と物価の高騰で病院運営は全国的に大変厳しい状況となっています。支出を抑えつつこれまでの医療の質を維持し、さらに新たな医療を展開すべく病院職員が一丸となって取り組んでおります。最近では、鼠径ヘルニアや婦人科疾患に対してもロボット手術を開始しています。今年、がんの患者さんの苦痛を和らげるための専門的な治療を行う「緩和ケア病棟」を開設します。がん医療だけでなく、救急医療、小児・周産期医療、災害・感染対策にもこれまで通り注力してまいります。



本年も大和高田市立病院は、「地域の皆さまに寄り添う医療」を第一に考え、すべての世代の方々の健康を守ってまいる所存ですので、どうかよろしくお願い申し上げます。

大和高田市立病院院長 向川 智英

緩和ケア病棟（ひだまり病棟）を設立しました

1月より、「緩和ケア病棟」を設立しました。緩和ケアとは、痛みや息苦しさなどの体のつらさ、不安や怖さなどの心のつらさを、病気になった時からやわらげ、自分らしく過ごすためのケアです。当院の緩和ケア病棟（ひだまり病棟）は、「ひだまりのように やさしい時間を」をキャッチフレーズに掲げ、自分らしく過ごすことを大切にしています。ご本人とご家族の想いに寄り添い、多職種で連携し、あたたかく支えてまいります。

※病棟の壁には、心を癒すホスピタルアートが描かれています。



大和高田市立病院 がん相談支援センター（地域医療連携センター内）（☎53-2901）

歯周病検診・妊婦歯科健診

要電話予約・無料

▷対象者

○歯周病検診

令和7年度に20・30・40・
50・60・70歳になる人
※令和7年6月に受診券を送付し
ています。

○妊婦歯科健診

受診券を交付した妊婦
※妊婦健康診査補助券つづりに受
診券をとしています。

▷受診期間

○歯周病検診

2月末まで

○妊婦歯科健診

通年

▷ところ 市内協力歯科医療機関
※受診券を確認してください。

▷持ち物 受診券、健康保険証等、
母子手帳(妊婦歯科健診の場合)

▷受診方法

事前に市内協力歯科医療機関に
電話予約をしてください。



詳しくはこちら

～健康チャレンジ1月開催のご案内～
場所：保健センター

健康チャレンジ・活動量計の無料貸出

●7日(水)		9日(金)	
14日(水)	9:30～	16日(金)	13:30～
20日(水)	12:30	23日(金)	16:30
28日(水)		●30日(金)	

ミニ講座

7日(水) 10時～、11時～ 運動ミニ講座

テーマ 簡単ストレッチで動ける体づくり

23日(金) 14時～、15時～ 栄養ミニ講座

テーマ 冬の水分補給

●印は体組成無料測定日です。

健康チャレンジ・ミニ講座はどちらも予約
制となっていますので、必ず電話で予約し
てください。

※予約問合せ：保健センター

地場産野菜を使って簡単クッキング

小松菜と海老の
クリーム煮

「メニューの一言」

小松菜は葉物の中でもカルシウムが
豊富な食材です。生クリームを使用
することで、コクと甘味のある上品
な一品に仕上がりますよ。

<材料> (4人分)

小松菜…………… 160g
むぎ海老(冷凍) …… 16尾
玉ねぎ…………… 1個
にんじん…………… 1/2本
水…………… 260ml
鶏ガラスープの素(顆粒)・…… 小さじ1
生クリーム …… 1箱
しょうゆ …… 小さじ2
塩…………… 小さじ1
バター…………… 大さじ2
小麦粉…………… 大さじ2



<作り方>

- ①小松菜は根本を切り、葉と茎に切り分けて、ともに長さ4cmに切る。玉ねぎは薄切りする。にんじんは皮をむき、幅5mmの細切りにする。
- ②フライパンにバターを弱めの中火で溶かし、海老と玉ねぎを炒める。
- ③全体に小麦粉をふり、さっと炒める。
- ④水、鶏ガラスープの素を加えて中火にし、にんじん、小松菜の茎、生クリームを加えてさっと混ぜる。煮立ったら火を弱め、5～6分煮る。
- ⑤しょうゆ、塩を加えてさっと混ぜ、小松菜の葉を加えてさっと煮たら火を止める。

エネルギー 352kcal
たんぱく質 18.4g
脂質 27.1g
炭水化物 13.4g
塩分 2.3g
(一人分)

(大和高田市食生活改善推進員協議会)

個別がん検診

▷内容・料金

要電話予約

内容	料金
胃がん検診 (胃内視鏡検査)	4,600円
乳がん検診	2,000円
子宮頸がん検診	2,000円
大腸がん検診	800円 (特定健診とセットは500円)
前立腺がん検診	900円

※70歳以上は無料・免除要件あり。

▷**受診期間** 2月末まで

※検診票の申し込みは1月末までです。

▷**対象** 40歳以上(胃内視鏡は50歳以上・子宮頸がんは20歳以上)

▷**予約の流れ**

①コールセンター(☎050-3106-0159)または下記二次元コードにて検診票を申し込み(大腸がん検診は個別委託医療機関へ直接予約してください)

②検診票が自宅に届く

③医療機関へ予約

④当日検診を受ける

⑤検診結果を確認する

※定員になり次第締め切り



WEB 申込はこちらから

高齢者帯状疱疹予防接種

▷**対象** 接種日に本市に住民登録がある①②③のいずれかの人

①年度内に65歳を迎える人(昭和35年4月2日～昭和36年4月1日)

②満60歳以上65歳未満の人で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がい(身体障がい者手帳1級相当)のある人

③今年度70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる人

※令和7年度のみ、100歳以上の

人は全員対象

※過去に帯状疱疹ワクチンを必要な回数受けた人は対象外(医師が必要と判断した場合を除く)

※対象①、③の人へは4月上旬に、はがきを送付しています。

▷**接種期間** 3月31日(火)まで

▷**ところ** 市内委託医療機関

▷**費用** 生ワクチン(2,500円)、不活化ワクチン(1回あたり6,500円)

▷**持ち物** はがき、本人確認書類、接種費用

※はがきを紛失された人は保健センターに電話してください。

▷**事前手続きが必要な人**

○**費用免除**

市民税非課税世帯・生活保護世帯の人

○**市外で接種する人**

県内指定医療機関で接種できます。接種前に、はがき、本人確認書類(顔写真付きは1点、顔写真無しは2点)、費用(免除者は不要)を持って、保健センターに来てください。

麻疹風しん混合(MR)ワクチン

▷**対象** 1期は1歳から2歳未満、2期は平成31年4月2日から令和2年4月1日生まれ(幼稚園・保育所等の年長児)

▷**接種期間** 1期は1歳から2歳未満まで、2期は小学校就学前年度(4月1日～3月31日)

▷**費用** 無料

※接種期間を過ぎると任意接種となり、全額自己負担になります。

▷**ところ** 市内委託医療機関

※電話予約の上、接種してください。

▷**持ち物** 母子健康手帳・予診票(予防接種手帳内)

※転入や紛失で予診票がない場

合、また市外で接種を希望する場合は、事前に保健センターへ電話してください。



2回接種でしっかり免疫をつけましょう

成人男性の風しん予防接種

▷**対象** ①～③をすべて満たす人

①接種日に本市に住民登録があり、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

②令和7年3月31日までに風しん抗体検査の無料クーポンを利用して抗体検査を実施した結果、風しんの抗体が不十分だった人

③麻疹風しん混合(MR)もしくは、風しん予防接種をまだ受けていない人

※対象者には5月下旬に予診票を送付しています。

※6月以降に転入されて、対象となる人は保健センターまで問い合わせください。

▷**接種期間** 令和9年3月末日まで

▷**ところ** 市内委託医療機関

※市外で接種する場合、県内指定医療機関で接種できます。接種前に予診票と本人確認書類(顔写真付きは1点、顔写真無しは2点)を持って、保健センターに来てください。

▷**費用** 無料

▷**持ち物** 予診票、本人確認書類

※予診票紛失の場合は保健センターまで。





1月

市民交流センター コスモスプラザ

休館日(毎月第1・3月曜日、および年末年始):

12月30日(火)～令和8年1月3日(土)、5日(月)、19日(月)



X
@cosmos_plaza



Instagram
@cosmosplaza

市民交流センター お知らせ&イベント情報

1月の3連休はコスモスプラザでフィットネスエクササイズ♪

イベントの詳細は
Instagramから



1月10日、11日、12日は新年最初の3連休。

コスモスプラザでフィットネスエクササイズを体験しませんか?

ヨガ、ZUMBA、エアロビクス、ピラティス、ボクササイズなど様々なプログラムを

市や市民活動団体が日替わりで3日間お届けします。



●タイムスケジュール

日 時	イベント	内 容	場 所	対 象	参加費	お問い合わせ先
1月10日(出)	10:00～12:00	親と子のすこやか広場	リズムダンスで身体を動かそう♪	小学生以下	無料	44-3213(親と子のすこやか広場)
	13:30～14:30	ベルトヨガ体験	ヨガベルトを使用したヨガの体験会	高校生以上		090-3055-6462(別所)
	15:00～15:45	チア体験会	初めてでも大丈夫、楽しくチア体験	年少～年長		sincestudio.nara@gmail.com(坂野)
	16:00～16:50	チア体験会	初めてでも大丈夫、楽しくチア体験	小1～小3		sincestudio.nara@gmail.com(坂野)
1月11日(日)	10:45～11:45	ZUMBA	CherryサークルによるZUMBA	どなたでも	無料	090-2100-6523(柏田)
	12:00～12:50	パーソナルトレーナーによる グループレッスン	立つ、歩くが軽くなる運動を体験♪	大人の方	無料	well.being.life.gym@gmail.com (チャレンジショップ 染田)
	13:10～13:55	ZUMBA	みわちゃんサークルのZUMBA	どなたでも	各	miwahinechan@gmail.com(日根)
	14:10～14:55	簡単エアロビクス	みわちゃんサークルのエアロビクス	どなたでも	500円	miwahinechan@gmail.com(日根)
1月12日(月祝)	9:45～10:30	FLOW MUSIC YOGA	音楽のリズムに合わせて動くヨガ	どなたでも	無料	hauloi.yoga0310@gmail.com(堤)
	11:00～11:45	青竹エクササイズ	音楽に合わせて青竹踏み	どなたでも	無料	345.personal@gmail.com(辰巳)
	13:15～14:00	ベビーマッサージ	お洋服の上からベビーマッサージ	2ヶ月～ 2歳頃	各	fujikana.babyfeelingmassage@gmail.com (KANAKO)
	14:30～15:15	はじめてのマットピラティス	呼吸のしやすいラクな身体づくりを♪	15歳以上	500円	shiori_to.pilates116@outlook.jp (Shiori)
	15:45～16:30	お正月太り解消ボクササイズ	ボクササイズでお正月太りを即解消!	3歳以上		345.personal@gmail.com(辰巳)

※参加のお申し込みや持ち物等は各団体に直接ご連絡ください。

市民交流センター ☎44-3210

●今月の市民活動

※申込や持ち物など、詳しくは二次元コードから確認するか、下記のお問い合わせ先に直接ご連絡ください。

日時	催し物名	場所	お問い合わせ先
7日(火) 14:00～15:30	体脂肪、血管年齢測定など	2F 交流スペース	健全会友の会 0745-22-2989 (西本)
15日(水) 9:00～12:00	スマホ基礎レッスン ※要予約	4F 多目的室	スマホサークル 0745-53-8648 (川原)
17日(金) 14:30～15:30	みんなでZUMBAを楽しもう	4F 多目的室	ARI CIRCLE 080-4230-1986(ARI)
18日(土) 10:00～12:00	子どもの「か」が「夢」シートを作ろう ※要予約	2F 交流スペース	子ども未来応援隊 080-7501-5768(金森)
20日(日) 11:00～14:00	介護美容無料体験	2F 交流スペース	ハッピーク라운 090-8480-5375 (大黒)
21日(月) 9:00～12:00	若者自立のための無料相談 ※要予約	2F 会議室	若者サポートステーションやまと 0744-44-2055 (原田)
24日(木) 10:00～12:00	おにのおめん作りと豆まき大会 ※要予約	2F 交流スペース	子ども未来応援隊 080-7501-5768(金森)
25日(金) 10:00～12:00	親子向け 絵手紙を作ろう	2F 交流スペース	絵手紙らぶちゃんくらぶ 070-2269-6046 (川崎)
30日(月) 13:00～15:00	市民の皆様の健康サポート	2F 交流スペース	Since 健康サークル sincestudio.nara@gmail.com(坂野)



※詳しくは直接問い合わせてください。参加費無料・見学自由です。 ※その他団体の利用予定表は市民交流センターや各公共施設に用意しています。

～高齢者いきいき相談室 1月開催のご案内～

【問い合わせ先】☎44-3215

【予約方法】電話または窓口にて、1/6(火)9:00～受付の開始をします。

※要予約・先着順になります。【受付時間】9:00～17:00

※キャンセルの際は、連絡してください。

※掛け間違いのないようにお願いします。

※申し込み初日は大変込み合います。

※警報発令時は、事業を中止させていただきます。

①ラジオ体操【定員】25名			④朗読会(早蕨)【定員】50名			⑦レクリエーション【定員】15名					
7日(火)	26日(月)	10:00～10:30	22日(木)	13:30～14:15		10日(土)	10:00～11:00/13:30～14:30				
14日(火)			⑤チェアヨガ講座【定員】20名			必要材料は各自ご準備ください。					
21日(火)			8日(木)	【1部】14:00～14:30【2部】15:00～15:30		⑧脳活動量測定【定員】5名					
②いきいき百歳体操【定員】35名			23日(金)	【1部】10:00～10:30【2部】11:00～11:30		★13日(火)			10:00～11:00		
7日(火)	26日(月)	11:00～11:30	月1回のご参加とさせていただきます。						18日(日)	10:00～11:00/13:30～14:30	
14日(火)			⑥いきいき学習【定員】20名						24日(土)	10:00～11:00/13:30～14:30	
21日(火)			※ 9日(金)	25日(日)	10:00～11:00 13:30～14:30		パネルにタッチし、センサーで「脳の健康」をセルフチェックします。 約3分間で、その日の「記憶力」「注意力」「頭の回転」がチェックできます。				
15日(木)	29日(木)	13:30～14:00 14:30～15:00	★16日(金)			★の日は、物忘れ相談プログラムも実施します。アルツハイマー型認知症の早期発見のためのプログラムです。 テスト時間は5分間と気軽にチェックできます。					
23日(金)			※の日はミニ講座、★の日は、「大人向けのお話し会」です。それぞれ同じ内容につき、午前・午後いずれかのご参加とさせていただきます。								
26日(月)			市民交流センターコスモスプラザ 〒635-0085 大和高田市片塩町12番5号 ☎0745-44-3210 受付時間 9時～17時 (休館日は除く) https://www.city.yamatotakada.nara.jp/cosmosplaza/ ✉cosmos-plaza@city.yamatotakada.nara.jp								
参加回数の制限はございません。											
③体力測定【定員】10名			⑨青竹踏み講座【定員】25名								
20日(火)	9:30～10:30/10:45～11:45		30日(金)								【1部】10:00～10:30【2部】11:00～11:30

● **さざんかホール主催公演情報**

セントシンディアンサンプル 吹奏楽コンサート
生演奏で楽しむジブリ音楽!

1/25
日

■大ホール【全席自由】
■開場13:30 開演14:00
●一般1,000円 中学生~22歳以下500円
小学生以下 無料(要整理券)
※0歳からご入場いただけます。

プログラム

- ・アシタカとサン(もののけ姫)
- ・カントリーロード(耳をすませば)
- ・魔女の宅急便メドレー
- ・となりのトトロメドレー

好評発売中

チケット
取り扱い

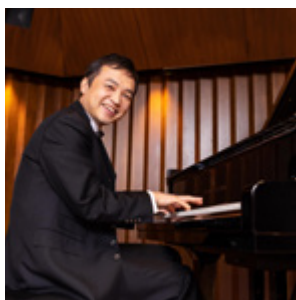
ホール

さざんかミュージクスポット
加藤昌則×北村聡 デュオ・コンサート

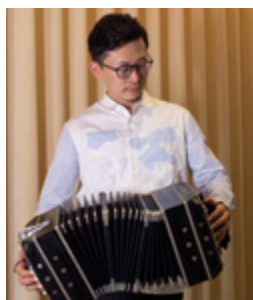
2/14
土

出演: 加藤昌則 (ピアノ)、北村聡 (バンドネオン)
■小ホール【全席指定】 ■開場14:30 開演15:00
●一般3,000円 高校生以下1,000円(当日各500円増)
友の会会員2,500円(1会員4枚まで、前売りのみ)

※小学生以上入場可
※託児保育あり(無料・予約制2/6(金)締切)
※この公演は宝くじの助成を受けて実施します。



加藤昌則 (ピアノ)



北村聡 (バンドネオン)

♪ご来場者様にはチョコをプレゼント!
♪ホールはこころのレストラン対象公演

好評発売中

チケット
取り扱い

ホール、ローション(Lコード:56112)

**チケット
の
お求めは**

- 大和高田さざんかホール
チケット販売時間 9:00~17:00 ☎0745-53-8200
- 休館日:毎週月曜・第4火曜日(その日が休日の場合は、翌日以降の平日)
- ローションチケット チケット予約お問い合わせ <https://1-tike.com/>

※一般販売開始日のホールでの窓口販売は9:00から、電話予約は14:00からです。
※友の会会員割引は、1会員4枚まで、前売りのみです。
※都合により、日程、出演者および内容の一部を変更することがあります。ご了承ください。
※前売り券が完売の際は、当日券はございません。あらかじめご了承ください。

**NHK公開番組「ベストオブクラシック」の
観覧者募集!**

2/18
水

「ベストオブクラシック」の公開収録を実施します。
この番組では第一線で活躍する演奏家のコンサートを
たっぷりとお楽しみいただけます。

出演: 森田啓介 (チェロ)、津田裕也 (ピアノ)

■大ホール
■開場17:00 開演18:00
●入場無料(要事前申込)
■1月25日(日)までにNHKサイトの専用
フォームにて申込み
(<https://www.nhk.or.jp/nara/>)



問い合わせ NHK奈良放送局(0742-30-0300)、さざんかホール

デュオ・セルリアン コンサート
in さざんか vol.3

3/1
日

轟下知子 (オカリナ & サクソフォン)、
千井慶子 (オカリナ & サクソフォン)、
大島忠則 (ピアノ)

■小ホール【全席自由】
■開場13:30 開演14:00
●一般2,500円 学生1,000円 小学生500円

※小学生以上入場可
※託児保育あり(無料・予約制2/21(金)締切)

好評発売中

チケット
取り扱い

ホール

大和高田市民劇団さざんか 第38回本公演
「アンサンブル・トルネード」

3/14,15
土、日

脚本: 青木道弘 演出: ゴン駄々吉

■小ホール【全席自由】
■両日共に 開場13:30 開演14:00
●一般1,500円 中学生500円
小学生以下無料(要整理券)

友の会先行予約開始 1/14(水)~
一般予約開始 1/17(土)~

チケット
取り扱い

ホール

※先月号の劇団さざんかの情報に誤りがありました。
(誤)3/13、14 → (正)3/14、15
(誤)大38回 → (正)第38回
訂正してお詫び申し上げます。

ホールはこころのレストランプロジェクト

市内在住の親子をご招待!(先着)
小学生から18歳までの方と引率者のペアで無料招待します。
詳細・お申込みは……



● **貸館イベント案内** ※開演時間や入場方法など、詳しくは下記のお問い合わせ先に直接ご連絡ください。

日/曜日	催し物名	ホール	お問い合わせ先
11(日)	令和7年度 20歳を祝う会	大	大和高田市生涯学習課 0745-53-6264
12(月)、18(日)	第53回奈良県吹奏楽アンサンブルコンテスト	大	奈良県吹奏楽連盟 090-8201-5591
15(木)	大和高田歴史文化セミナー	小	大和高田市歴史文化振興委員会 0745-53-8200
24(土)~25(日)	映泉会書展	展示	映泉会 藤井 0745-52-1875
24(土)	高田・葛城「万葉集の風景」	小	上嶋 090-9114-6969
2/1(日)	右記の貸館受付開始	ミーティング ルーム	●大ホール・レセプションホール・展示ホール<2027年2月分> ●小ホール<2026年8月分> ●リハーサル室・会議室・和室<2026年5月分>
1(日)	令和7年度地域文化クラブ活動モデル事業「地域クラブ合同文化祭」	大	大和高田市学校教育課 0745-22-1101
7(土)~11(水)	第23回大和高田八景作品展	展示・小(11日のみ)	大和高田市歴史文化振興委員会 0745-53-8200
7(土)	第12回大和高田市市民公開講座 下股関節痛の予防と治療について~足腰をきたえる運動を~	小	大和高田市医師会事務局 0745-23-6791

※レセ=レセプションホールの略です。

※2025年12月10日現在の内容です。なお、掲載申し込みのあったものを掲載しています。
休館日のお知らせ: 1(木)~5(月)、13(火)、19(月)、26(月)、27(火)、2/2(月)、9(月)

新着図書のご案内

■一般書	水は動かず芹の中	中島 京子／著	新潮社
■児童書	ねこピクニック	あさの ますみ／作 かのう かりん／絵	教育画劇
■電子図書館	100 ねんごもまたあした	瀬尾 まいこ／作 くりはら たかし／絵	岩崎書店



電子図書館はこちら

年末年始休館のお知らせ

年末年始のため、12月29日(月)
～令和8年1月5日(月)まで
休館します。

年末年始図書返却ポスト
停止のお知らせ

年末年始は図書の回収ができないため、12月28日(日)～令和8年1月4日(日)までの間、トナリエ大和高田南側入口に設置している返却ポストは利用できません。



イベントのご案内 (2階学習室で開催)

■ 大人がたのしむ紙芝居の時間

- ▷とき 2月4日(水) 10時30分～11時15分ごろ
▷内容 大人の方向けに物語の紙芝居を上演します。紙芝居で物語の世界にひたってみませんか。
▷対象 大人
▷定員 15名

■ てづくりの時間～なりきりにんじゃ～

- ▷とき 2月8日(日) 11時～12時ごろ
▷内容 身近にあるものを使って忍者の衣装を作ります。
▷対象 3歳ごろからの子ども
▷定員 子ども12名(保護者同伴)
▷持ち物 セロハンテープ

※上記イベントは1月6日(火)から定員に達するまでの期間、図書館カウンターまたは電話で受付します。

1月のおはなし会

1 おはなし会

- ▷とき 1月10日(土) 10時30分から
▷対象 4歳以上 ●だんまりくらべ
●だんろのまえで

2 としょかん紙芝居屋(人形劇もあります)

- ▷とき 1月17日(土) 14時から
▷対象 どなたでも

1 3 は「たかだおはなしろうそくの会」が担当します。

2 は図書館スタッフが担当します。

2 3 は絵本コーナー、1 は2階学習室で開催します。

3 えほんとわらべうたの時間《きらら》

- ▷とき 1月24日(土) 10時30分から
▷対象 3歳以下 ●ふたりはともだち
●くんくんくん

※1月のあかちゃんわくわく絵本タイムはお休みです。次の開催は2月7日(土)です。

展示のご案内

■ 児童展示 馬 うま

バレエをおどりたかった馬

H・ストルテンベルグ／作
菱木 晃子／訳
さとう あや／絵

福音館書店



蔵書検索はこちら



図書館ホームページはこちら

問 市立図書館 (☎52-3424)

まちの話題
11/4(火)・25(火) ストレスと上手に向き合うために
ストレスマネジメント出前授業



浮孔小学校、片塩中学校で、日本ストレスマネジメント学会顧問 富永良喜氏を講師に迎え、「ストレスマネジメント」をテーマに出前授業が行われました。

友人関係や家族との関わり、成績や進路など様々な悩みや不安を抱えている子どもたちへ、自分のストレスへの適切な向き合い方や、それらに対処する方法などが話されました。

☎ 学校教育課(内線2951)

まちの話題
11/28(金) 被災者の生活の早期再建
「損害調査結果の提供及び
利用に関する協定」に係る締結式



自然災害などによる被災者の早期再建を目的に、三井住友海上火災保険株式会社と協定を締結しました。

この協定により、災害などで同社の保険に加入している家屋が被災した場合、同社が被害状況を調査し、その結果を市に提供する仕組みが整備されました。それにより、罹災証明書の取得までの時間が短縮され、被災者の各種支援の早期申請が可能になる見通しです。

☎ 危機管理課(内線3372)

まちの話題
11/21(金) 芸術文化の発展のために
大和高田市文化協会からの寄付金および
創作品贈呈式



芸術文化発展のためにと、「第45回大和高田市創作展並びに合同生花展」でのお茶席・創作物の売上金の一部と、文化協会50周年事業として作製されたアートフラワーのさざんかを寄付していただきました。

今年の創作展では体験型ワークショップが開かれ、多くの人に参加しました。今後も若い世代に、踊る、創る、生ける、点てる楽しさを体験してもらう機会を増やしたいとのことです。

☎ 文化振興課(☎53-8200)

まちの話題
12/10(水) 全国大会優勝目指す
ディアブロッサ高田FC
全国大会出場の報告



11月に開催された JFA 第49回全日本 U-12サッカー選手権大会 奈良県大会にて優勝したディアブロッサ高田FCが、全国大会出場報告に市長を表敬訪問しました。同チームは令和6年にも奈良県大会を優勝し、2年連続で全国大会への切符をつかみしました。選手たちは、鹿児島で行われる全国大会で頑張り抜くことを市長に誓いました。

☎ スポーツ振興課(☎22-8862)

広告スペース

大和高田市
LINE公式アカウント
配信中!!



登録はこちら

広告スペース