

# OYODO

広報おおよど

# 6

2025  
No.626



あなたの命を守る

「もしも」の備え

- 02 災害への備えできていますか？
- 04 参議院議員通常選挙
- 06 議会だより
- 08 まちのお知らせ
- 18 TOWN NEWS
- 24 元気にすごそう！熱中症対策



大雨・台風 シーズン到来!

# 災害への備えできていますか?

毎年、線状降水帯等による顕著な大雨により、日本各地で甚大な被害が発生しています。

「いざ」というとき、自分や大切な家族を守るためには、日ごろの備えが重要です。

今一度、各家庭で防災について考え、話しあっておきましょう。

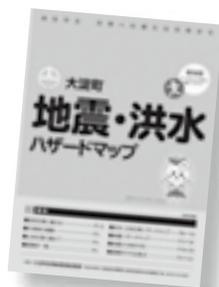
問 町役場 総務課 ☎ 0747-52-5501

Step  
1

## 自宅の災害リスクを知ろう!

ハザードマップを見て、自宅やその周辺の災害リスクを確認しておきましょう。

大淀町 ハザードマップ



### 重ねるハザードマップ をご活用ください

国土交通省が制作しているWeb版のハザードマップ。災害リスク情報等を、全国各地でも地図上に重ねて閲覧できます。



重ねるハザードマップ

Step  
2

## 災害情報の入手先を知ろう!

刻一刻と状況が変わっていく豪雨災害。今どのような状況にあるのか、さまざまな媒体から積極的に情報収集を行うことが大切です。

### 町からの情報

- 町ホームページ
- 町公式 LINE
- あらかしテレビ
- 防災行政無線(屋外スピーカー)



町公式 LINE

### テレビから入手

- データ放送「dボタン」
- テレビ番組を視聴中にテレビリモコンの「dボタン」を押すと地域の防災情報が確認できます。



### インターネットから入手

- 気象庁「キキクル」(大雨・洪水の危険度分布)

地図上で災害の危険度がリアルタイムで目で見えて直感的にわかります。



キキクル

災害の危険度が  
リアルタイム更新(10分ごと)

土砂災害・浸水害・洪水害の  
3種類が確認可能

危険度を  
5段階に  
色分け表示

黒	警戒レベル5相当
紫	警戒レベル4相当
赤	警戒レベル3相当
黄	警戒レベル2相当
白	今後の情報に留意

- 国土交通省「川の防災情報」

国土交通省が管理する川の増水状況やダム情報をリアルタイム(10分ごと)で確認できます。町内には下淵と佐名伝にライブカメラがあります。

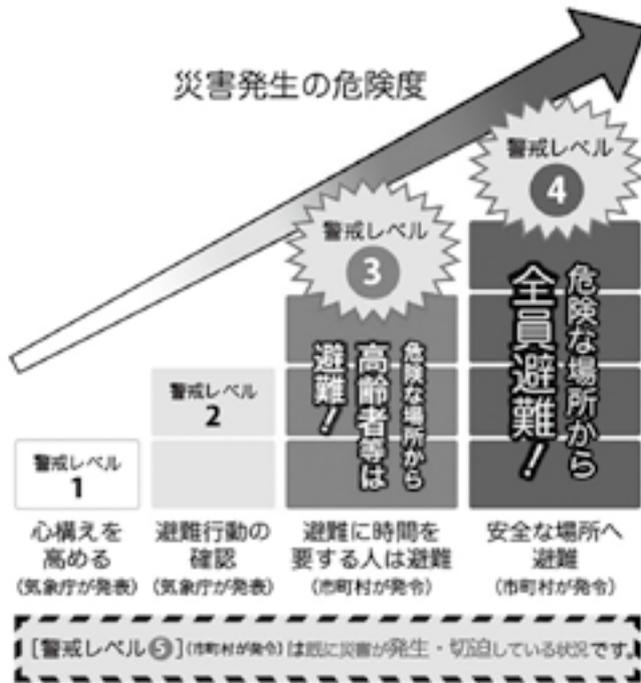


川の防災情報

Step  
3

## 避難のタイミングを確認しよう！

大雨などの際に発表される防災情報は、5段階のレベルに分類されています。どのレベルの情報が出たらどのような防災行動をとるべきかを確認しておきましょう。



### マイ・タイムライン を作成しましょう

いざというときは冷静な判断ができないものです。そんな時でも最適な行動がとれるよう自身の防災行動を時系列的にまとめたものがマイ・タイムライン。「いつ」「誰が」「何をするのか」を事前に家族で話し合い、決めておきましょう。

マイ・タイムライン



※マイ・タイムラインの様式は、町役場総務課窓口でも配布しています。

Step  
4

## 必要な備えをしよう！

大規模な災害が発生すると、物流が止まり、必要なものが手に入りにくくなります。各家庭内で日ごろから最低3日、できれば1週間程度の備蓄をしておきましょう。



これだけは必ず備蓄しておこう！最低限備えておきたい3つ

### 01 「水」

目安は…

一人あたり



1日3ℓ×3日分以上

飲み水だけでなく、調理用や生活用水も含めた量です。

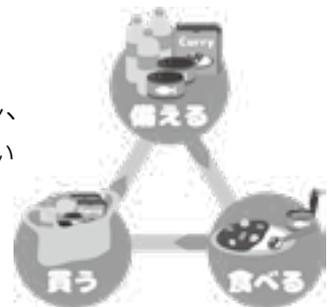
あなたのお家の必要量は??

3ℓ×\_\_日分×\_\_人分

=\_\_ℓ

### 02 「食料」

食料の備蓄は、普段から少し多めに購入し、使ったら使った分だけ新しく買い足していく「ローリングストック」の活用を！



### 03 「簡易トイレ」



災害時に一番困るのは「トイレ」の問題。袋と凝固剤がセットになった「簡易トイレ」があれば、災害時でもトイレが使えます。

# 参議院議員通常選挙

任期満了による参議院議員選挙が本年7月に執行される予定です。今回の選挙では、選挙区選出議員と比例代表選出議員の選挙が行われます。

投票日時等については決まり次第、町ホームページやあらかしテレビ、選挙期日の公示日以降に各ご家庭に郵送する投票所入場券等でお知らせします。  
※広報紙作成時点では投票日が未決定のため。



## 今回の選挙に大淀町で投票できる人

町内での投票は、1～3の要件すべてを備えている人が対象となります。

### 1 住所

選挙期日公示日の前日において  
**3か月以上**引き続いて大淀町に  
住所を有する人

### 2 年齢

選挙期日(投票日)において  
**満18歳以上**に達する人

### 3 その他

- 日本国民であること
- 欠格事由(失権者)に該当しないこと

※大淀町に転入してから3か月が経過していない人は、前の住所地で投票することができます。  
ただし、前の住所地の選挙人名簿に登録されていることが必要です。

## 期日前投票

投票日の当日に、次の事由に該当する見込みである人は、期日前投票を行うことができます。

- 職務や業務、冠婚葬祭等の用務に従事する人(区域は問いません)
- 用務や事故のため投票区の区域外に旅行・滞する人
- 病気や出産などのため、歩行が困難である人
- 天災や悪天候のため、投票所へ行くことが困難な人

期日前投票は、期間中の  
午前8時30分から午後8時  
まで、町役場1階町民ホ  
ールで行うことができます。

## 郵便等投票

身体障害者手帳、戦傷病者手帳または介護保険の被保険者証をお持ちの人で、障がいの程度または要介護状態区分が一定の基準に該当する人は、自宅等から郵便投票による不在者投票を行うことができます。

ただし、投票日の4日前までに不在者投票の手続きをしてください。この場合、あらかじめ郵便等投票証明書の交付を受ける必要があります。

また、上記の対象者で自書することができない人は、あらかじめ町選挙管理委員会に届け出た代理人が投票用紙を記載できる制度もあります。

## 不在者投票

指定病院等に入院中などの人は、不在者投票を行うことができます。その病院等に申し出てください。

また、仕事などの理由により、遠方に滞在している人が不在者投票をする場合は、町選挙管理委員会に問い合わせてください。

## 投票当日の投票所一覧

投票区	投票場所	該当地区
第1	ましが丘ふれあい交流館	中増
第2	大淀町西増老人憩の家	西増
第3	大淀町立 増口コミュニティセンター	増口、出口
第4	大淀町立 旭ヶ丘総合センター	比曽
第5	大淀町上比曽老人憩の家	上比曽
第6	大淀町公民館北六田分館	北六田
第7	大淀町立大淀希望ヶ丘小学校 多目的ホール	北野
第8	大淀町新野地区公民館	新野
第9	大淀町公民館馬佐分館	馬佐
第10	大淀町公民館越部分館	口越部
第11	大淀町中越部老人憩の家	中越部、 奥越部
第12	大淀町公民館南大和分館	南大和
第13	大淀町土田地区公民館	土田
第14	大淀町口桧垣本地区公民館	口桧垣本
第15	大淀町役場 1階町民ホール	上桧垣本
第16	大淀町公民館吉野平分館	吉野平
第17	大淀町立金吾町北郷 コミュニティセンター	金吾町、畑屋、 持尾、矢走

投票区	投票場所	該当地区
第18	大淀町公民館芦原分館	芦原
第19	下淵会館(大淀町下淵公民館) 1階会議室	新町、岡崎、 西町一・二丁目
第20	大淀町立西町五丁目 コミュニティセンター	西町三～五丁目
第21	大淀町公民館車坂分館	西町六丁目、 香梨台、車坂 町、高見台、 つつじヶ丘、 美吉野園
第22	大淀町公民館北町三丁目分館	北町一～三丁目
第23	大淀町公民館北町学園前分館	北町学園前
第24	大淀町岩壺老人憩の家	岩壺、鉾立
第25	大淀町公民館大岩分館	大岩
第26	大淀町公民館今木分館	今木
第27	大淀町立 薬水コミュニティセンター	薬水
第28	大淀町佐名伝公民館	佐名伝、 大阿太グリーン ポリス
第29	大淀町公民館花吉野 ガーデンヒルズ分館	花吉野ガーデン ヒルズ

### 投票区・投票場所をお確かめください

投票当日は、上記の表「投票当日の投票所一覧」の29の投票所を設けます。投票所入場券を確認のうえ、投票所入場券に表記している投票所で投票してください。

投票所入場券が届いていない場合や紛失した場合でも、選挙人名簿に登録され、選挙権がある人は投票できますので、投票所の受付に申し出てください。

詳しくは、町ホームページ  
をご覧ください。お問い合わせ  
してください。



町選挙管理委員会（町役場 総務課内）

☎0747-52-5501



# 議会だより

## 令和7年町議会 第2回臨時会

令和7年第2回臨時会が、5月2日(金)に開催されました。

臨時会では、議長および副議長の改選が行われ、議長に池田加代子議員、副議長に福本知則議員が選出されました。

その後、各常任委員会、議会運営委員会の委員の選任などが行われました。

また、町長から専決処分の承認3件、人事案件1件が提出され、それぞれ各議案について審議の上、議決した後閉会しました。

### 専決処分の承認

- 専決処分の承認を求めることについて(大淀町税条例の一部を改正する条例)【承認】
- 専決処分の承認を求めることについて(大淀町国民健康保

険税条例の一部を改正する条例)【承認】

- 専決処分の承認を求めることについて(半島振興対策実施地域指定等に係る町税の特別措置条例の一部を改正する条例)【承認】

町役場 議会事務局

☎0747-52-5564

### 町監査委員の選任

(町長提出)

議員のうちから選任する町監査委員に議会の同意を得て、北マユ美議員が令和7年5月2日付けで選任されました。



町監査委員  
北 マユ美

## 議会の構成 (敬称略)

議長	池田加代子	副議長	福本 知則	監査委員	北 マユ美	総務建設産業委員会	委員長	青木 弘行	副委員長	森口 孝	委員	池田加代子 長谷川力雄 岩本 富博 水本 昭博	文教厚生委員会	委員長	竹内 元章	副委員長	森永 雅世	委員	山本 勲 北 マユ美 福本 知則	議会運営委員会	委員長	岩本 富博	副委員長	北 マユ美	委員	青木 弘行 水本 昭博 森永 雅世 森口 孝	消防委員会	委員	長谷川力雄 青木 弘行 竹内 元章 森永 雅世 森口 孝
さくら広域環境衛生組合	議会議員	山本 勲	森口 孝	南和広域衛生組合	議会議員	長谷川力雄 岩本 富博 福本 知則 水本 昭博 竹内 元章	南和広域医療企業団	議会議員	池田加代子	奈良県後期高齢者医療	広域連合議会議員	森口 孝	奈良県広域水道企業団	議会議員	水本 昭博														

# 議長・副議長 就任の挨拶



町議会議長  
池田加代子

この度の令和7年大淀町議会第2回臨時会におきまして、議員の皆様のご推挙をいただき、町議会議長の重職を拝命いたしました。身に余る光栄でありますとともにその職責の重さに身の引き締まる思いであります。

議員各位とともに円滑な議会運営と活性化に努めてまいりたいと思えます。

地方自治において二元代表制のもと議会と町執行部が町民の皆さんの生活向上のため切磋琢磨していくことが大切であると考えております。

大淀町においては依然として厳しい財政状況ではありますが、活力と魅力のある、安全で住みやすい町をめざし、議会が一丸となり行政としっかりと議論を重ね大淀町発展のために誠心誠意努めてまいる所存でございます。

今後とも、町民の皆さまの温かいご支援、ご協力を心からお願ひ申し上げ、議長就任のごあいさつとさせていただきます。



町議会副議長  
福本 知則

この度、令和7年第2回臨時会におきまして議員各位のご推挙をいただき副議長の要職をお受けすることとなりました。身に余る光栄でありますとともにその責任の重さを感じているところです。

さて、昨今の社会情勢は、不安定な世界情勢や物価高騰などにより大きく変化し、住民生活や地域経済は厳しい状況に  
おかれております。

財政健全化をはじめ、少子高齢化や人口減少により、教育、福祉、医療、介護等において様々な課題が山積するともに、住民の皆さんの要望や思いも多様化してまいります。

こうした中、われわれ議会議員は、二元代表制のもと住民に寄り添った行政施策を審査しなければならぬと思っております。町政の発展に向けて議長を補佐し、皆さんが安心して暮らせる町づくり  
に努めてまいります。

町民の皆さまのご指導ご鞭撻びんたつをお願いし副議長就任のあいさつとさせていただきます。

## 町政報告会を開催しました

4月17日(木)、20日(日)の2日間、町文化会館視聴覚室で大淀町町政報告会を開催しました。この報告会は、住民のみなさんの町政に対する興味や関心を深めていただくことを目的に開催しているものです。

今回の報告会では、町の財政状況や令和7年度予算に基づく事業の概要などについて説明しました。説明の後には、報告会に出席した参加者から町政に関するさまざまな質問や意見が寄せられました。



報告会で使用した資料を町ホームページに掲載しています。



町役場 企画財務課 ☎0747-52-5517



## 大淀町暮らしの便利帳を各戸配布します

町では、役場での各種手続きや生活に役立つ情報などを1冊にまとめた「大淀町暮らしの便利帳」を、株式会社サイネックスとの官民協働事業により発行しました。ぜひお手元に置いていただき、ご活用ください。

この便利帳は、株式会社サイネックスが、**6月末までに町内の全世帯へポストイング**(郵便受けに直接投函)によりお届けします。「広報おおよど」とは別に順次配布されますので、今しばらくお待ちください。

☎ 町役場 総務課 ☎ 0747-52-5501



## 熱中症予防の「ひと涼み」に クーリングシェルターをご利用ください

クーリングシェルターは、熱中症による健康被害を防止するために開放される、一時的な休憩所です。熱中症特別警戒情報の発表時はもちろん、暑さをしのぐ場所としてご活用ください。

### 【注意事項】

- 指定場所の温度調整はできません。
- 各施設のルールを守ってご利用ください。

### ● 町内クーリングシェルター施設一覧

施設名	住所	開放場所	開放日時
町役場	桧垣本 2090	町民ホール(ロビー)	平日の午前8時30分～午後5時15分
町文化会館	桧垣本2090	ふれあいコーナー	午前9時～午後5時 ※火曜日および祝日を除く
美吉野園特養寮	下淵 629	在宅介護支援センター (玄関横)	毎日午前10時～午後5時 ※9月30日まで
大淀園	下淵 1623-2	玄関ホール	
わーくさぼーと Pono	下淵 1387-2	多目的室	
大淀下淵郵便局	下淵 156	ロビー、 応接コーナー	平日午前9時～午後5時
大淀越部郵便局	越部 1643-3		
六田郵便局	新野 241-2		
奈良トヨペット吉野店	桧垣本 774-5	ショールーム	午前9時45分～午後6時 ※月曜日定休(月曜日が祝日の場合は営業)

☎ 町役場 総務課 ☎ 0747-52-5501



## 【国民健康保険】 特定健康診査受診券を発送します

6月下旬頃に、大淀町国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人を対象に特定健診の受診券を発送します。生活習慣病の予防や早期発見のための健診ですので、ぜひ受診してください。

**受診期間** 令和8年2月28日(土)まで

**受診方法** 個別健診(医療機関)または集団特定健診(町役場で実施)のどちらか一方

**受診費用** 無料

※詳しくは、受診券に同封している案内文書をご覧ください。

### ＼エクササイズバンドをプレゼント！

受診券と一緒にエクササイズバンドを同封しています。筋力不足はさまざまな不調を招く原因になると言われています。エクササイズバンドを使い生活の中に運動習慣を取り入れましょう。

※ポストに入らない場合は、ドアノブ等に配達させていただく場合があります。



### 特定健診を受診して 道の駅商品券 2,000円分 をもらおう！



期間中、上記の健診を受診された人全員に、道の駅吉野路大淀センターの商品券2,000円分をプレゼント！ぜひこの機会に受診し、生活習慣病の早期発見・早期治療に役立ててください。

※商品券は、受診後約3ヶ月後に特定健診の結果通知とともに書留郵便でお届けします。

※国民健康保険税の滞納がない等の諸条件があります。詳しくは、町ホームページをご覧ください。



町ホームページ

問 町役場 人権住民保険課 ☎0747-52-5528



## 「お口の健康診査」 口腔健診を実施します

高齢者の健康寿命の延伸を目的として、<sup>こうくう</sup>口腔健診を行います。ぜひ受診してください。

### 対象者

75歳・80歳・85歳(令和7年4月1日現在)の奈良県後期高齢者医療被保険者

**実施期間** 11月30日(日)まで

**受診費用** 無料

### 申込方法

実施歯科医療機関へ事前に予約し、受診当日に健診券(はがき)・保険資格情報がわかるものを持参してください。健診券は5月下旬に奈良県後期高齢者医療広域連合から対象者に送付しています。

### 受診方法

 個別健診

※一般社団法人奈良県歯科医師会に属する奈良県内の歯科医療機関で実施します。

### 健診実施歯科医療機関(町内)

尾上歯科医院、医療法人うえむら歯科医院、今西歯科医院、今元歯科、岡下歯科医院  
※この他、県内の実施歯科医療機関でも受診できます。

問 奈良県後期高齢者医療広域連合

☎ 0744-29-8430



## 戦没者等のご遺族のみなさんへ 第12回特別弔慰金が支給されます

今日の日本の平和と繁栄の礎となった戦没者等の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金が支給されます。

### 支給対象者

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和7年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける人(戦没者等の妻や父母)がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

1

令和7年4月1日までに  
戦傷病者戦没者遺族等援  
護法による弔慰金の受給  
権を取得した人

2

戦没者等の子

3

戦没者等の

①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹

※戦没者等の死亡当時、生計関係を有して  
いる等の要件を満たしているかどうか  
により、順番が入れ替わります。

4

上記1～3以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)

※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた人



### 支給内容

額面**27万5千円**、5年償還の記名国債

### 請求期限

令和**10年3月31日**まで

※この期限を過ぎると請求できなくなりますので、  
ご注意ください。

### 留意事項

特別弔慰金は、ご遺族を代表するお一人が受け取るものです。ご遺族間の調整は、記名国債を受け取った人が責任を持って行うことになります。

請求先・問い合わせ

町役場 福祉介護課 ☎0747-52-5513



## よどりちゃん 公式LINEスタンプ

販売中!

よどりちゃんのいろんな姿がLINEスタンプに!  
ぜひ、お友だちやご家族と使ってみてください。



LINE STORE  
にて販売中!

町役場 総務課 ☎0747-52-5501

# 6月 は 環境月間

## みんなで作る 脱炭素社会

国は、2030年度の温室効果ガス排出量を**46%**削減(2013年度比)することを目標に掲げています。



脱炭素社会の実現には、1人ひとりのライフスタイルの転換が重要です。できることから取り組んでみましょう！



<b>エネルギーを節約・転換しよう！</b> <b>1</b> 再エネ電気への切り替え <b>2</b> クールビズ・ウォームビズ <b>3</b> 節電 <b>4</b> 節水 <b>5</b> 省エネ家電の導入 <b>6</b> 宅配サービスをできるだけ1回で受け取る <b>7</b> 消費エネルギーの見える化	<b>太陽光パネル付き・省エネ住宅に住もう！</b> <b>8</b> 太陽光パネルの設置 <b>9</b> ZEH(ゼッチ) <b>10</b> 省エネリフォーム 窓や壁等の断熱リフォーム <b>11</b> 蓄電池(車載の蓄電池)・省エネ給湯器の導入・設置 <b>12</b> 暮らしに木を取り入れる <b>13</b> 分譲も賃貸も省エネ物件を選択 <b>14</b> 働き方の工夫	<b>CO2の少ない交通手段を選ぼう！</b> <b>15</b> スマート・ムーブ <b>16</b> ゼロカーボン・ドライブ 	<b>食品ロスをなくそう！</b> <b>17</b> 食事を食べ残さない <b>18</b> 食材の買い物や保存等での食品ロス削減の工夫 <b>19</b> 旬の食材、地元の食材でつくった菜食を取り入れた健康な食生活 <b>20</b> 自宅でコンポスト
<b>環境保全活動に積極的に参加しよう！</b> <b>30</b> 植林やゴミ拾い等の活動	<b>CO2の少ない製品サービス等を選ぼう！</b> <b>28</b> 脱炭素型の製品・サービスの選択 <b>29</b> 個人のESG投資	<b>3R(リデュース、リユース、リサイクル)</b> <b>24</b> 使い捨てプラスチックの使用をなるべく減らす。マイバッグ、マイボトル等を使う <b>25</b> 修理や修繕をする <b>26</b> フリマ・シェアリング <b>27</b> ゴミの分別処理	<b>サステナブルなファッションを！</b> <b>21</b> 今持っている服を長く大切に着る <b>22</b> 長く着られる服をじっくり選ぶ <b>23</b> 環境に配慮した服を選ぶ

### 町役場の取り組み

庁舎内温度の適正管理(「室温」の目安は夏期28℃、冬期20℃)/照明のLED更新/グリーンカーテンの実施/公用車のエコドライブ/環境に配慮した製品やサービスの利用/職員のエコスタイル実施

### 廃食用油の回収場所が増えました

昨年度の廃食用油の回収は、**973ℓ**(ポリタンク 54個分)

家庭から排出される使用済み食用油はリサイクルできる資源です。ごみとして廃棄するのではなくリサイクルすると、ごみの減量化につながります。

- 対象品目** なたね油、コーン油、紅花油、ひまわり油、綿実油、ごま油
- 出し方** 密閉容器(ペットボトル等)に入れ、回収ボックスに入れてください。

追加施設名	所在地	利用時間	休館(休業)日
旭ヶ丘総合センター ☎ 0746-32-5189	比曽327-1	午前9時～午後5時	第2、4、5土曜日、日曜日、祝日、年末年始
六田郵便局 ☎ 0746-32-8285	新野241-2	午前9時～午後5時	土・日・祝日・年末年始

※町役場・道の駅吉野路大淀iセンターでも引き続き回収しています。

☎ 町役場 環境整備課 ☎ 0747-52-5548



のぼりが目印



## 募 集



### 奈良県高齢者美術展 出展作品を募集

奈良県では、高齢者保健福祉月間事業の一環として、さざんかホール(大和高田市)で高齢者美術展を開催します。

- ▶ **展示期間**：8月**30日(土)**～9月**3日(水)**  
午前9時30分～午後4時
- ▶ **出品資格者**：県内在住のアマチュアで、昭和42年4月1日以前に生まれた人
- ▶ **出品部門**：日本画、洋画、書、工芸、写真
- ▶ **出品点数**：作品は、出品者により創作されたもので、1部門につき1人1点までとし、未発表のものに限ります。
- ▶ **出品手数料**：1点1,000円(振込手数料を除く)
- ▶ **申込方法**：7月**18日(金)**までに町役場福祉介護課へ申込書を提出してください。申込書は、町役場窓口にあります。

☎ 町役場 福祉介護課 ☎ 0747-52-5513



### 家庭教育学級 学級生を募集

教育の出発点である家庭教育の重要性をふまえ、かけがえのないすべての子どものすこやかな育ちをめざし、大淀町家庭教育学級(わくわくファミリー学級サロン)を開講します。文化活動・レクリエーションなど、各種の活動をとおり、交流と繋がりを深めましょう。

- ▶ **対象者**：町内在住の子育て中のすべての保護者  
または子育て経験のある人
- ▶ **申込締切**：6月**27日(金)**

☎ 町教育委員会 社会教育課 ☎ 0747-52-5549



## お 知 ら せ



### マイナンバーカード 休日臨時交付窓口(予約制)

**6月の開設日時** 6月**14日(土)**、**29日(日)**  
**7月の開設日時** 7月**13日(日)**、**26日(土)**  
※各日、午前8時30分～正午

予約は受け取り希望日直前の金曜日の午前中までに、町役場人権住民保険課へ連絡してください。予約がない日は窓口を開設しません。なお、マイナンバーカードの申請等は行えません。

☎ 町役場 人権住民保険課 ☎ 0747-52-5538



### 緊急地震速報訓練を実施

全国瞬時警報システム(Jアラート)を用いた緊急地震速報の訓練放送を実施します。

**時** 6月**18日(水)** 午前10時ごろ  
▶ **訓練内容**：屋外拡声スピーカー(町内77か所)と11の施設(小・中学校等)で訓練放送が流れます。

☎ 町役場 総務課 ☎ 0747-52-5501



## イ ベ ン ト



### 差別をなくす町民集会

人権尊重の重要性を考えるため、町民集会を開催します。

**時** 7月**12日(土)**  
午前9時30分～(午前9時開場)  
**所** 町文化会館 あらかしホール  
▶ **内容**：奈良県出身のシンガーソングライター  
やなせななさんによるトーク&コンサート

☎ 町役場 人権施策推進室 ☎ 0747-52-5542



## 自主防犯・防災リーダー研修 参加者を募集

自治会や自主防災組織などで、今後リーダーとなる人を対象とした研修会です。

本研修を修了した人は、日本防災士機構が実施する「防災士資格取得試験(有料)」を受験することができます。(希望者のみ)

▶日時：

【A 日程(定員：190 人)】

時 9月6日(土)・10月18日(土)

所 奈良女子大学(奈良市北魚屋東町)

【B 日程(定員：100 人)】

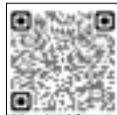
時 9月21日(日)・11月9日(日)

所 奈良県産業会館(大和高田市幸町)

※ A 日程と B 日程を組み合わせて受講することはできません。

※申込者が多数の場合は、抽選となります。

▶申込方法：奈良県スーパーアプリ  
(右記二次元コード)から電子申請  
してください。



※電話・メール・FAX は不可。

▶申込期間：7月1日(火)～7月25日(金)

※詳しくは、奈良県ホームページをご覧ください。  
いただくか、下記まで問い合わせてください。



☎ 県防災統括室 リーダー研修担当

☎ 0742-27-8425

・町役場 総務課 ☎ 0747-52-5501



## 放送大学 10 月入学生を募集

放送大学では、10月入学生を募集しています。放送大学は通信制の大学で、学位取得はもちろん、キャリアアップや資格取得、趣味や教養を深めるための生涯学習の拠点として広く門戸を開いています。

▶出願期間：

【第1回募集】6月10日(火)～8月29日(金)

【第2回募集】8月30日(土)～9月11日(木)

※詳しくは、放送大学奈良学習センターまで問い合わせてください。



奈良学習センター  
ホームページ

☎ 放送大学奈良学習センター ☎ 0742-20-7870



## 税務職員(国税職員)を募集

税務署や国税局で、「税のスペシャリスト」として勤務する税務職員(国税職員)を募集します。

▶申込期間：6月13日(金)～25日(水)

▶申込方法：原則、インターネットから申し込んでもください。

※受験資格・試験日などの詳細については、国税庁ホームページをご覧ください。



申込は  
こちら



国税庁  
ホームページ

☎ 大阪国税局 人事第二課 ☎ 06-6941-5331

・吉野税務署 総務課 ☎ 0746-32-3385

※音声案内に従い「2」を選んでください。



＼お店や事業所の宣伝に／

## まちの有料広告を ぜひご活用ください！

広報紙やホームページ、あらかしテレビでのCM放送などさまざまな媒体で有料広告を募集しています。詳しくは、町ホームページをご覧ください。



☎ 町役場 総務課 ☎ 0747-52-5501

# 税務課 からののお知らせ

☎ 町役場 税務課 ☎0747-52-5511

## 01 町県民税・森林環境税(全期・第1期)の納期です

町県民税・森林環境税(全期・第1期)の納期限は、**6月30日(月)**です。納期内に納めましょう。

## 教えて！ 介護保険 だよ！

☎ 町役場 福祉介護課 ☎0747-52-5530

## 健康マイレージポイントを貯めて健康づくり

健康づくりを始めている人、始めようと思っている人、町が実施する健康づくり事業に参加して健康マイレージポイントを貯めませんか？ポイントに応じて、健康グッズなどと交換できます。

### 対象者

大淀町に住民登録がある40歳以上の人

### ポイント付与方法

対象事業に参加することでスタンプカードにスタンプを押印

### スタンプカード配布場所

町役場福祉介護課および町保健センター

※スタンプカードを紛失された場合ポイントは無効となります。

※ポイントの有効期限は、配付日から2年間です。

### 健康グッズの例…

ゴムチューブ・トレーニングチューブ・大淀町指定ゴミ袋(大)10枚入り など



### 【令和7年度のポイント対象事業】

項目	対象事業	ポイント数	備考	担当課
検診	胃がん検診	1ポイント	町が実施する 集団検診が対象	町保健センター
	大腸がん検診	1ポイント		
	肺がん検診	1ポイント		
	前立腺がん検診	1ポイント		
	子宮頸がん検診	1ポイント		
	乳がん検診	1ポイント		
健康づくり 介護予防	健康ウォーキング	1ポイント	2年に1回	
	運動教室	2ポイント		
講座	認知症サポーター養成講座	2ポイント		町役場 福祉介護課
	認知症ステップアップ講座	2ポイント		

※各事業の詳細については、担当課(町役場福祉介護課または町保健センター)に問い合わせてください。



## ★ 現況届の提出は **原則不要** です

毎年6月に、手当を引き続き受ける要件(児童の監護や生計関係など)を確認するために提出していただいていた現況届が、原則不要となりました。ただし、以下に該当する人は現況届の提出が必要です。

### ◆ 現況届の提出が必要な人

- 父母等と児童が別居している人(別居監護)
- 配偶者からの暴力等により、住民票の住所地が大淀町と異なる人
- 支給要件児童の戸籍や住民票が無い人
- 離婚協議中で配偶者と別居されている人
- 法人である未成年後見人、施設等の受給者の人
- 第三子以降の加算を受ける人のうち、多子加算対象年代の学生以外の子を養育している人
- その他、大淀町から提出の案内があった人

## ★ 児童手当の **支給対象が拡大** されました

令和6年10月に児童手当制度が拡充されたことにより、支給対象年齢が18歳まで延長され、所得制限が撤廃されました。

児童手当制度の拡充に伴い、新たに受給資格者となった人が手当を受け取るためには、申請が必要です。まだの人は申請をお願いします。



## 消防署からのお知らせ

6月8日～6月14日は

### 危険物安全週間

標語「危険物 無事故へ挑む ゴング鳴る」

消防法令の規定で、ガソリンを携行缶で購入する際に、販売者に対し以下のことが義務づけられています。

- ① 運転免許証等による本人確認
  - ② 使用目的の確認と販売記録の作成
- 危険物の放火火災を防ぐため、ご理解とご協力をお願いします。

消毒用エタノールや冷却スプレー等は引火しやすいため、火気の近くで使用しない等、取り扱いには注意してください。

### リチウムイオン蓄電池内蔵製品 からの火災に注意

モバイルバッテリーや携帯型扇風機等のリチウムイオン蓄電池を内蔵した製品から出火した火災件数が増加しています。

火災を防ぐために以下のことに注意しましょう。

- 取扱説明書をよく確認し、耐用年数を超えて使用しない。
- 落下、浸水に注意し、むやみに分解、改造、修理しない。
- 破損、膨張などの異常がある場合は使用をやめる。
- メーカーの定めた充電器を使用し、汎用品は使用しない。
- 充電の際は、周囲を整理整頓し水分の多い場所で実施しない。
- 万が一に備えて、モバイルバッテリーは不燃のケースなどに収納する。
- 処分の際は、取扱説明書を確認し、地域のごみ回収ルールを必ず守る。



☎ 奈良県広域消防組合 大淀消防署 ☎0747-52-1199

※県下(奈良市、生駒市を除く)の119番通報は橿原市の通信指令センターに繋がります。

## 付加年金に加入し、 将来受け取る年金額を増やしませんか？

付加年金制度とは、毎月の国民年金保険料(令和7年度：月額 17,510 円)に 400 円の付加保険料を上乗せして納めることで、将来受給する老齢基礎年金を増やすことができる制度です。

対 象	<ul style="list-style-type: none"> <li>・国民年金第1号被保険者(20歳以上 60歳未満の学生や自営業などの人)</li> <li>・任意加入被保険者(65歳以上の人は除く)</li> </ul>
付加保険料の月額	400 円
付加年金額(年額)	200 円×付加保険料納付月数 ※2年以上受け取ることで支払った付加保険料以上の年金が受け取れます。
付加保険料を納める際の留意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>・付加保険料の納付は、申し込んだ月分からとなります。</li> <li>・付加年金加入中の人で納付を希望しない場合は、付加保険料納付辞退申出書の提出が必要です。</li> <li>・個人型確定拠出年金と付加年金は同時に加入することができますが、拠出限度額があり、個人型確定拠出年金の納付額によっては付加保険料と併用できない場合があります。</li> <li>・国民年金基金に加入している人は、付加保険料を納めることができません。</li> </ul>

### 例：付加保険料を10年間納めた場合

- ・付加保険料の納付額  
400 円×10年(120月) = 48,000 円
  - ・65歳で老齢基礎年金を受給するときに、1年間で受給できる付加年金額  
200 円×10年(120月) = 24,000 円
- ※2年間で48,000円の付加年金を受給することができ、3年目以降は受給額が納付額を上回ります。



国民年金に加入中の人、国民年金に加入する人へ

マイナポータルを利用して国民年金手続きの電子申請ができます

#### 対象手続

- ・国民年金被保険者の資格取得(種別変更)の届出
- ・付加保険料納付(辞退)申出
- ・国民年金保険料免除・納付猶予申請
- ・学生納付特例申請
- ・産前産後免除該当届
- ・口座振替納付(変更)申出 兼 還付金振込方法(変更)申出
- ・口座振替辞退申出

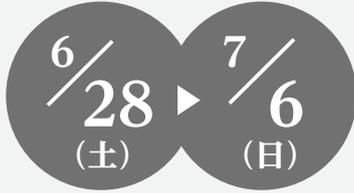
マイナポータルから電子申請をする際は、マイナンバーカードとカードに設定したパスワードが必要です。詳しくは日本年金機構のホームページをご覧ください。



日本年金機構  
ホームページ

# 町文化会館イベント情報

町文化会館 ☎0747-54-2110(火曜日・祝日は休館日)



## たなばた 七夕 プロムナード 2025 ～文化会館にちょっと寄ろうよ～

at 町文化会館ひだまりホールほか

文化会館にちょっと立ち寄りたくなる七夕の催しが盛りだくさん。  
ぜひお越しください。



### 七夕飾り

6/28 (土) ▶ 7/6 (日)

開館中常時  
中央通路

文化会館を七夕飾りで彩ります。願い事募集中！  
みなさんの願いを短冊に託してください。

### ワークショップ

7/6 (日) 午前10時～午後4時  
ひだまりホール

#### 内容

サンキャッチャー(有料)  
キーホルダー(有料)  
ストラップ(有料)  
笹飾り、紙鉄砲(無料)

### 紙芝居

7/6 (日) 午前10時～正午  
ひだまりホール

#### 演目

世界一の石の塔  
くも蜘蛛の糸  
七夕のおはなし



### オープンステージ

7/6 (日) 午後1時15分～  
午後2時15分  
あらかしホールホワイエ

一般公募の参加者による  
ステージです。



### 太鼓演奏

7/6 (日) 午後2時30分～  
午後4時  
あらかしホール

#### 出演

直央流鼓響  
お囃子連-楽々  
奈樂 DEN



### 飲食コーナー

7/6 (日) 午前10時～午後3時  
文化会館南側入口付近

模擬店、キッチンカーなど  
が出店します。



### 昔あそび展示

7/6 (日) 午前10時～午後4時  
あらかしホールホワイエ



詳しくは、  
町ホームページを  
ご覧ください。



春

交通事故のないまちをめざして  
の交通安全県民運動

4月6日(日)～15日(火)までの10日間、春の交通安全県民運動が実施されました。

運動期間中の4月7日(月)には、芦原南交差点で吉野警察署管内の交通安全協会をはじめ交通安全関係団体が一斉に会し、通行するドライバーに対して交通事故防止を呼びかけました。



▲啓発物品を配布しながら交通安全を呼びかける交通安全関係役員



光

地域の子どもたちが楽しく防災学習  
光明寺子屋 はるのこどもまつり

3月22日(土)、光明寺(下淵)で光明寺子屋はるのこどもまつりが開催されました。

地域の子どものために光明寺が定期的に行っている光明寺子屋こどもまつり。今回は防災をテーマに、パトカー・消防車の展示や防災食のふるまいなどが行われました。

本堂では、町職員と町消防団女性団員による新聞紙スリッパ作り体験や防災クイズ大会などが行われ、参加した子どもたちは、楽しみながら防災について学んでいました。



▲町職員と一緒に新聞紙スリッパ製作に取り組む親子



近

陸上女子800m、女子1500mの2種目で  
畿選手権大会へ出場 椿本 実央さん

大淀中学校2年生の椿本実央さん(下市陸上クラブ所属)が、5月4日(日)・5日(月・祝)にロートフィールド奈良(奈良市)で開催された2025年度奈良県陸上競技選手権大会兼2025年度国民スポーツ大会選手選考会の子供800mの部で4位入賞、女子1500mの部で5位入賞を果たされました。

椿本さんは、8月30日(土)・31日(日)にヤンマースタジアム長居(大阪市)で開催される第93回近畿陸上競技選手権大会に出場されます。

### 椿本さんのコメント

近畿選手権では、自己ベストを出して予選を通過したいです。



▲椿本さんと紙岡教育長



町

日ごろの練習の成果を発揮！  
スポーツ少年団主催 春季軟式野球大会

4月20日(日)、町スポーツ少年団主催の春季軟式野球大会が大淀健民運動場で開催されました。今大会には、町内の3チームが参加し、団員どうしの交流と親睦を深めながら、白熱した試合を繰り広げました。熱戦の結果、北野スポーツ少年団が優勝を飾りました。

当日は晴れ渡った青空の下、選手のみなさんは日ごろの練習の成果を存分に発揮し、元気いっぱいプレーをしていました。



▲優勝した北野スポーツ少年団のみなさん

## 大淀町に齋場備品の寄贈 セレモニーホール久保

4月14日(月)、セレモニーホール久保(土田)の代表、久保善裕さんから町営齋場で使用する水引幕の寄贈がありました。

齋場は、故人の葬送において重要な施設です。今後も適切な施設の維持管理に努めます。



☎ 町役場 環境整備課 ☎ 0747-52-5548

## 聖徳太子の徳をたたえる会式 聖徳太子報恩大会式

4月29日(火・祝)、世尊寺(比叡)で聖徳太子ほうおんだいしき報恩大会式が開催されました。聖徳太子により創建されたと伝えられている世尊寺で毎年4月29日に行われているこの会式は、通称「おたいっさん(お太子さん)」と呼ばれ、地域住民から親しまれています。

「おたいっさん」名物のごくまきが始まると、参加者たちはやぐらから撒かれるお餅やお菓자에歓声をあげながら拾っていました。



▲「おたいっさん」名物のごくまき

## おおよどこども未来プロジェクト

～こどもたちの生きる力を育み、輝かしい未来をともに作る！～

## 町地域子育て支援センター「めばえ式」



4月10日(木)、町地域子育て支援センターで「めばえ式」が行われ、たくさんの親子が参加してくれました。ふれあい遊びを楽しんだあとは、こども園みくろの5歳児うみ組の園児から歌(さんぽ)のプレゼントがあり、町のマスコットキャラクターよどりちゃんも来てくれて一緒に遊びました。

子育て支援センターは、子育て中の保護者同士の交流や心身のリフレッシュ、育児に悩む保護者への育児相談・情報提供を通して楽しい子育てのお手伝いをしています。今年度も楽しい時間を過ごしてもらえるようにいろんな活動を計画していますので遊びに来てください。



☎ 町子育て支援拠点施設 未来樹 ☎ 0747-58-8200(代)



松田度学芸員

## 第42話

# おおよど遺産ストーリー〈農〉<sup>のう</sup>

### 【おおよどの「農」の魅力】

農は、土地を耕して、作物を育てることをいいます。

奈良県は農業の盛んな地域で、平野部では米や麦などの穀物、高原地域ではお茶や野菜、山間部では梨や柿などの果樹栽培が盛んです。とりわけ大淀町は、農村と山村の中間的な風土を活かして、多種多様な農業が続いていることに魅力があります。

### 【おおよどは吉野一の米どころ】

農村の原風景(町内各地)

江戸時代から明治時代にかけて、吉野地域でも耕地整理が進み、大淀町は吉野一の米所として知られるようになりました。

戦後、町内各地でさまざまな開発事業が進む一方、人と自然が共生する場としての田んぼも大切にされてきました。今では



▲もみがらの田んぼアート

米農家も少なくなりりましたが、黄金色の稲穂がゆるる農村の原風景に心奪われる人も多いでしょう。

中増地区では、農の魅力を保ちようと、稲のみ殻を使った田んぼアートも行われています。田んぼもまた、次世代に誇れるまちの貴重な財産といえるのではないのでしょうか。

### 【受け継がれる伝統の技と志】

茶の里・増(大字中増他)

大淀町東部一帯は、天日干しで作る日干番茶など、伝統的な製茶の里として知られています。茶畑の広がる中増地区の安養寺には、江戸時代の後期、当地に効率的な製茶の技を伝えた恩人・籠屋忠次郎(1837年)の墓碑(供養碑)があります。

また、大正3年(1914年)



▲日干番茶

建立の「吉野郡茶業組合」の碑(増口地区)にも、当時「増の里」が吉野随一の茶の生産地として隆盛した歴史や、その品質改善と普及に生涯をささげた先人たちの志が刻まれています。

### 【梨の花香る里山】

大阿太高原(大字薬水・佐名伝)

大淀町西部の薬水・佐名伝地区に広がる大阿太高原は、標高およそ250メートルの高さにある丘陵地帯。果樹栽培に適した気候を活かし、明治35年(1902年)から二十世紀梨の栽培が盛んに行われてきました。知る人ぞ知る完熟梨は、生産者が大事に育てた至高の玉。4月に咲く純白の花も人気があります。

### 【ふるさとの知恵と味】

柿の葉ずしを作ろう(町内各地)



▲二十世紀梨

海の幸(サバ)、山の幸(柿の葉)、里の幸(お米)がひとつに合わさってできる柿の葉ずしは、吉野の伝統的な保存食です。2025年には文化庁の「伝統的百年フード」に認定されています。

今はお店で買うことが多い柿の葉ずしですが、吉野川沿いでは6月の川開きや夏まつりの御馳走として、各地域や家庭で作ってふるまう風習がありました。

町内では、柿の葉ずしを作り続けてきたおばあちゃんたちが、ふるさとの知恵と味、経験と思いを、次の世代に伝える取り組みを続けています。

次回も、ふるさとの守り伝え、語り継がれてきた「おおよど遺産ストーリー」をご紹介します。



▲柿の葉ずし

# Library information

6月28日はにわたりの日。「に(2)わ(8)とり」の語呂合わせから鶏卵と鶏肉の消費拡大を目的に日本養鶏協会により制定されました。



6月

文化会館・図書館

カレンダー

June

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

□文化会館・図書館ともに休みの日

△図書整理日のため図書館が利用できない日

☎ 町立図書館 ☎ 0747-54-2120



「おとなのたまごにいちゃん」  
作 / あきやま ただし 鈴木出版

ある朝起きたら、たまごにいちゃんは頭にたまごの殻がついたまま、首から下は大人の体になっていました。大人になったたまごにいちゃんが散歩に出かけると、友達から「にわたりのおうさまにみえるよ」と褒められ…。



「まじょばーのたまごやき」  
作 / 堀 直子 文研出版

まじょばーは、病気で死んだお母さんのお母さん。僕とお父さんの散らかった生活を見かねて、僕を引き取ると言い出した。お父さんと離れたくない僕は自主的に家事に取り組んだ結果、まじょばーお得意の卵焼きで対決することに！



「鶏小説集」  
著 / 坂木 司 KADOKAWA

さまざまな岐路で迷い、奮闘する全ての人に送る鶏肉と人生をめぐる5つの短編集。思春期のゆらぎと成長を描いた「トリとチキン」をはじめ、思わず鶏料理が食べたくなる旨さあふれる小説。



「まいにちタマゴ～専門家が教える最高の食べ方～」  
著 / タマゴ科学研究会 池田書店

あなたにとってタマゴの魅力は、何ですか？糖尿病発症率の低下、疲労回復、老化症状を遠ざける、貧血改善、タマゴってこんなにすごい。意外と知らないタマゴの魅力が凝縮された一冊。

## おはなし会のご案内

### こどものためのおはなし会

- 6月14日(土) 午後2時30分～  
☎ 町文化会館 小ホール
- 6月15日(日) 午後3時～  
☎ 町立図書館 おはなしの部屋

### 大人のための朗読会 響

- 6月22日(日) 午後2時～  
☎ 町立図書館 おはなしの部屋

～今月の響の演目～

- ・「花の詩画集・鈴の鳴る道」 作 / 星野富弘
- ・「まんげつによるに」(あらしのよるにシリーズ)  
作 / きむらゆういち
- ・「君へ つたえたい気持ち三十七話」  
作 / 石坂啓

### 図書は期限内に返却してください

図書の貸出期間は、原則2週間です。図書の返却が遅れると、次の利用者が利用できません。

図書館は、みんなで利用する施設です。一人ひとりがマナーを守り、みんなが図書館を気持ちよく使えるよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

図書館が閉まっているときは…

図書館入口(北側)にある返却ポストに本を入れてください。



# けんこうガイド

☎ 町保健センター ☎0747-52-9403



## 母子健康手帳等の 交付について

母子健康手帳・妊婦健康診査補助券は町保健センターで交付しています。マイナンバーがわかるものを持ってきてください。

## 健康相談 7月2日(水)

[乳幼児] 午前9時30分～午前11時  
身体計測、保健師や栄養士による健康相談・育児相談  
[成人] 午後2時～午後4時  
尿検査、血圧測定、禁煙相談(要予約)、保健師や栄養士による健康相談、InBody(体脂肪や筋肉量)の測定

## 母子保健

料金は無料です。場所は町保健センターで行います。

### ●子どもの教室・相談(要予約)

教室・相談内容	実施日	受付時間	内容
モグモグ離乳食講座	7月1日(火)	午前10時	離乳食中期(2回食)の講座

※モグモグ離乳食講座の受付時間等は、個別に通知します。

※身長・体重計測のご希望はお問い合わせください。育児の相談は電話やメールでも受け付けます。

## 成人保健

町保健センターで実施している集団検診の受付時間の詳細は、申し込み時にお伝えします。

### ●集団検診(要予約・先着順) 申し込み、検診の詳細内容は町保健センターまでお問い合わせください。

検診・内容	実施日・受付時間	対象	場所・料金	定員
大腸がん検診 (便潜血検査)	8月5日(火) 8月22日(金) 午前9時～午前11時 (両日ともに)	40歳以上の町民	町保健センター 【40～64歳】 200円 【65歳以上】 100円	100人
乳がん検診 (乳房X線撮影)	令和8年2月27日(金) までの毎週火・金曜日 (祝日・年末年始を除く) 午後0時50分	40歳以上の町民(女性) ※令和6年度に受診していない人	南奈良総合医療センター 【40～49歳】 1,000円 【50～64歳】 900円 【65歳以上】 200円	火曜日 4人 金曜日 3人

※対象者の年齢は、令和7年度末時点の満年齢になります。

### ●個別検診 医療機関で受診するための受診票は町保健センターで発行しています。

希望する場合は、町保健センターに電話で申し込んでください。

検診・内容	対象	料金	場所
胃バリウム検診 (胃部X線撮影)	40歳以上の町民 ※令和6年度に胃カメラ検診を受けていない人	【40～64歳】 2,000円 【65歳以上】 500円	大和橿原病院、 済生会御所病院
胃カメラ検診 (胃内視鏡撮影)	50歳以上の町民 ※令和6年度に胃カメラ検診を受けていない人	【50～64歳】 2,500円 【65歳以上】 500円	南奈良総合医療センター、 榎本医院
乳がん検診 (乳房X線撮影)	40歳以上の町民(女性) ※令和6年度に受診していない人	【40～49歳】 1,000円 【50～64歳】 900円 【65歳以上】 200円	鎌田医院田園診療所、 済生会御所病院、済生会中和病院、 平尾病院、平成記念病院
子宮頸がん検診 (視診・内診・子宮頸部細胞診)	20歳以上の町民(女性) ※令和6年度に受診していない人	【20～64歳】 2,000円 【65歳以上】 500円	県内の登録医療機関 ※希望の医療機関が該当するか等、 詳しくは問い合わせください。

※実施期間は、令和8年2月末までです。期間中であっても、医療機関の定員に達し次第、受付を終了します。

おいしく食べて健康になろう



# 6月は食育月間

毎月19日は「食育の日」

保健センターだより

町保健センター

☎0747-52-9403

「食育」とは、食べる経験を通じて、「食」に関する知識やバランスのよい「食」を選択する力を身につけ、健全な食生活を実践できる力を育むことです。健康で心豊かな生活を送るために、自分や家族の食生活を見直し、食育月間から食育に取り組んでみませんか？

1日 **350g** 以上の野菜摂取をめざそう！

私たちのカラダに必要な  
**カリウム・食物繊維・ビタミン類**は  
主に野菜に含まれています



令和5年度「国民健康・栄養調査」では、日本人の野菜摂取量の  
平均値は約260gで、目標の350gは達成できていません。

目標を達成するには、**毎食野菜を意識してとる**ことが効果的です。

しかし、令和6年度「大淀町健康意識調査」では、

十分な栄養量を摂取するには、  
野菜を毎日**350g** 食べることが必要

町民のうち

毎食野菜を食べている人は

**38.5%**

まずは、毎食一品でも、野菜を使ったメニューを取り入れることから心がけてみましょう。

今月の  
レシピ！

おうちで簡単作り置き！

## 発酵食品 水キムチ

つくってみよう！  
おいしい  
食育レシピ

材料(作りやすい分量)

大根	小1本
セロリ	1本
きゅうり	3本
塩	大さじ 2/3
米のとぎ汁	200cc
ニンニク	1片
鷹の爪	2本
梅干し	小1個
昆布	5cm
レモン	1/2個
酢	大さじ 2
はちみつ	大さじ 1

作り方

- ① 大根は皮つきのまま7mm幅のいちょう切り、セロリは筋を取って1cm幅の斜め切り、きゅうりは5~8mmの斜め切りにし、切った野菜に塩を揉みこんで、3~6時間なじませる。(セロリの葉は最後に使うので置いておく)
- ② 鍋に米のとぎ汁と昆布を入れて火にかけ、つぶしたニンニク、梅干し、鷹の爪を入れて、沸騰直前で火を止める。
- ③ ②に、水気を絞った①の野菜を入れ、残ったつけ汁も加える。
- ④ 薄く切ったレモンの皮と、絞った果汁、食べやすい大きさに切ったセロリの葉も②に加える。
- ⑤ 最後に酢とはちみつを加え、全体を軽く混ぜ合わせ、味がなじんだら出来上がり。



冷蔵庫で約1週間  
保存可能

野菜を水で漬けた発酵食品で唐辛子の辛味がなく、漬物よりも塩分控えめでさっぱりとした味わいの水キムチ。乳酸菌が豊富で腸内環境を整え、便秘改善や美肌効果など優れた効果が期待できます。

【1人分栄養価】 エネルギー 27kcal、たんぱく質 0.7g、食塩相当量 1.2g

# 暑さに強い体をつくる

## しよねつじゅんか 暑熱順化とは?



暑熱順化とは、暑さに体を慣れさせて、熱中症にかかりにくい体をつくることです。特に気温が急上昇する6～7月にかけては、体が暑さに慣れておらず、気温が急上昇する時は熱中症が増えます。意識的に暑熱順化を進めることが大切です。



### 暑熱順化による効果

- 汗をかきやすくなる
- 体温調整がしやすくなる
- 疲れにくくなる
- 熱中症のリスクが下がる

### 実際に何をすればいい? 暑熱順化の実践法

#### 軽い運動

ウォーキング、体操、階段昇降など  
少し汗をかくような動き

1日30分程度、  
週5日を目安に



#### 入浴

シャワーだけではなく、  
適度に汗をかくような温度の湯船に  
浸かる

2日に1回程度



#### 外に出る

日陰を歩くだけでも OK

無理のない範囲で



◆ 室温や湿度が高すぎると逆効果になることがあります。こまめな水分補給を忘れずに!

### 暑熱順化による体の変化

- 皮膚の血流が増えやすく、  
熱放散しやすい。
- 汗に含まれる塩分が少なく、  
ナトリウムを失いにくい。
- 体温が急激に上昇しにくい。



### よくある質問 Q A

Q 子どもや高齢者も暑熱順化は必要?

A 体温調節機能が弱い人こそ、日ごろの習慣が大切です。

Q 何日くらい続ければいいのか?

A 通常は2週間程度で体が慣れてきます。ただし、休むと効果が落ちるので継続が大切です。

暑さに負けない体づくりで、夏を健康に過ごしましょう!



人権  
コラム  
Vol.171

昭和22年、日本政府は義務教育を小学校6年と中学校3年

へ改めましたが、戦後の経済的困窮から新制度の中学校へ進学できない児童が多くなりました。昼間は就農・就業するなどしていた彼らのため、一部の公立中学校教師が、自主的に開設した夜間学級で授業を始めます。この動きと並行して、住民が主体となって学習機会を提供する地域もありました。

昭和30年代後半からの高度経済成長もあって一時期は開設数・生徒数ともに激減した夜間学級は、不就学生徒の救済から義務

教育年齢を超過した人への再教育に舵を切ります。さらに、在日外国人や引揚者への日本語教育といった側面も併せ持つようになったものの、法的な制度設計としては、平成28年の教育機会均等法を待たねばなりませんでした。

中学校夜間学級、いわゆる夜間中学は、基本的人権の「教育を受ける権利」を補償する取り組みとされ、全国的な設置が急速に進んでいます。一方で、その需要は、これまでの社会教育では救われなかった人々が前提であることを忘れてはならないでしょう。

ルワンダ  
だより  
from Africa

Vol.2



JICA 海外協力隊  
東谷 拓馬 さん

みなさんこんにちはーさて、今回は僕の普段の食事についてご紹介します。

首都ではなく地方で暮らしているため、レストランは多くなく、昼食はだいたい決まったお店で食べています。日本食や中華料理はなく、ルワンダビュツ

フエと呼ばれる地元のローカルフードが中心です。白米、フライドポテト、塩茹でした豆、食用バナナのトマト煮が一皿に山盛りになって出てきます！

ルワンダでは、果物のバナナだけでなく、食用バナナも多く栽培されており、地元の人たちに親しまれています。このバナナは甘みがなく、煮込むとジャガイモのような食感です。

タピオカの原料でもあるキャッサバや野菜、スープが付いてく



▲僕がいつも食べているルワンダビュツフエです。中央下が食用バナナです！

ることもあります！お店にごはんの硬さや味付けにちょっとした工夫がされているので、新しいお店を見かけたときは、試してみるのが楽しみの一つです。

そして、なんとこのボリュームでお値段は約100円！お腹も満たされて、お財布にも優しく、毎日のエネルギーチャージになっています！

## 令和7年度 区長一覧(敬称略)

区名	氏名	区名	氏名	区名	氏名
中 増	花木 幸治	金吾町	△大西 忠則	西町6丁目	本川 恵昭
西 増	大谷 敏弘	吉野平	○垣内 博明	香梨台	清水 諭司
増 口	△辻ノ上元男	畑 屋	古戸 克寛	車坂町	西本 義則
出 口	川西 彰	持 尾	植田 祥嗣	高見台	井上 正利
比 曾	△山本 内匠	矢 走	稲葉 年男	つつじヶ丘	—
上比曾	岩本 佳明	芦 原	◇中西 平昭	北町1丁目	岸本 正一
北六田	◇梅本 秀男	新町1丁目	蔵田 一弘	北町2丁目	岩本 良博
北 野	○森田 雅人	新町2丁目	○井西 篤二	北町3丁目	△長谷川 昇
新 野	中村 年秀	新町3丁目	△上田 量夫	北町学園前	南 弘樹
馬 佐	岡田 正明	岡崎1丁目	塗田 隆敏	岩壺	大西 雅之
口越部	広芝 啓彰	岡崎2丁目	松村 美和	鉾立	前田 勝久
中越部	谷野 重雄	岡崎3丁目	嶋田 憲三	大岩	中上 繁
奥越部	△吉田 秀司	西町1丁目	林 訓好	今木	△宮本 定則
土 田	福井 栄次	西町2丁目	金田 廣作	薬水	△米田 一彦
南大和	◎甲元 眞寛	西町3丁目	林 伸吉	佐名伝	○西村 明広
口桧垣本	本間 昌平	西町4丁目	山田 洋史	大阿太 グリーンポリス	吉田 泰男
上桧垣本	桑山 庄司	西町5丁目	上西 修身	花吉野 ガーデンヒルズ	中平 巨洋

【町区長会役員 ◎会長 ○副会長 △理事 ◇監事】

☎ 町役場 総務課 ☎0747-52-5501

## 大淀町地域子育て支援センター めばえ

子育て中の  
リフレッシュや  
相談ができる場所

### 【6月・7月前半のスケジュール】

#### \*ふたばクラス…3か月～

毎週金曜日 午前10時～午前11時30分  
リトミック、ママの「ゆるりヨガ」、  
サーキット遊び、季節の製作、  
ベビーマッサージ【6月19日(木)】、  
七夕会【7月3日(木)】 ほか

#### \*みどりクラス…1歳3か月～

毎週水曜日 午前10時～午前11時30分  
看護師さんと応急手当について話そう、  
サーキット遊び、お話の会、季節の製作、  
リトミック、七夕会【7月3日(木)】 など

#### \*自由開放

水・金曜日 午前9時30分～午前10時、  
午後1時～午後3時30分  
月・火・木曜日 午前9時30分～正午、  
午後1時～午後3時30分

※月齢は目安です。

※火・木曜日に活動が入ることがあります。

※正午から午後1時までの間は、玩具や部屋の  
消毒のため、ご利用いただけません。

※町外の人でも参加していただけます。

※詳しくは、町ホームページを  
ご確認ください。



町ホームページ

☎ 町地域子育て支援センター「めばえ」 ☎0747-58-8222 ☎ 大淀町下淵353-1



## 電話案内

名称	番号
町役場(代表)	0747-52-5501
県広域水道企業団大淀事務所	0747-52-0137
さくら美化センター	0746-47-2215
一般廃棄物処理施設	0747-52-8419
保健センター	0747-52-9403
子育てサポートセンター	0747-52-6801
子育て支援拠点施設未来樹	0747-58-8200
地域包括支援センター	0747-52-7760
高齢者ふれあい活動センター	0747-54-5533
桜ヶ丘総合センター	0747-52-5402
旭ヶ丘総合センター	0746-32-5189
文化会館	0747-54-2110
図書館	0747-54-2120
中央公民館	0747-52-1524
児童センター	0747-52-8319
杉本記念文化センター	0746-32-2489
平畑体育館	0747-52-6234
パークゴルフ場	0745-67-0543
道の駅吉野路大淀iセンター	0747-54-5361
シルバー人材センター	0747-54-5522
社会福祉協議会	0747-52-1941
南奈良総合医療センター	0747-54-5000
大淀消防署	0747-52-1199
吉野警察署	0747-53-0110

シルビア  
ALTの Sylvia 先生



## English Lesson

今月の  
テーマ

アメリカと日本の  
結婚式の違い

昔から結婚式は6月が人気ですね。今回は日本とアメリカの結婚式の違いについて紹介します！

1つ目、アメリカの結婚式は夫婦のために行いますが、日本では家族への感謝の気持ちを込めて計画を立てます。

2つ目、アメリカでは宗教によって結婚式の形式が異なりますが、日本では宗教に関わらず教会で式をあげるのが人気です。

3つ目、アメリカの結婚式では、基本ダンスパーティーがあります。新婚夫婦がダンスを踊った後、みんなも一緒に楽しく踊ります。

私が日本の結婚式で一番驚いたのがプレゼントです。アメリカの結婚式では夫婦が欲しいものリストを作ってみんながその中からプレゼントを持って行きますが、日本では正反対です！夫婦がみんなが来てくれたお礼にプレゼントを用意します。

## 相談

### 人権相談

時 平日午前9時～午後4時  
(土・日曜日、祝日を除く)

所 大淀町役場  
問 大淀町役場人権施策推進室  
☎ 0747-52-5542

### 教育相談(要予約)

時 火・木曜日(祝日を除く)  
午前9時30分～午後3時30分  
問 町教育支援センター(旧東部幼稚園)  
☎ 0746-34-5016

### 心配ごと合同相談

時 毎月第2・第4水曜日  
午後1時～午後3時  
所 大淀町役場  
問 大淀町社会福祉協議会  
☎ 0747-52-1941

### 消費生活相談

時 毎週木曜日 午後1時～午後4時  
所 川上村役場  
問 川上村役場住民課  
☎ 0746-52-0111

### 無料法律相談(要予約)

時 6月16日(月)  
午後1時～午後4時  
所 大淀町役場  
問 大淀町役場人権住民保険課  
☎ 0747-52-5501

時 7月16日(水)  
午後1時～午後4時  
所 吉野町役場  
問 吉野町役場町民税務課  
☎ 0746-32-3081  
※吉野町は1か月前から予約可

時 8月15日(金)  
午後1時～午後4時  
所 下市町役場  
問 下市町役場住民保険課  
☎ 0747-52-0001

### 住宅増改築相談

住宅リフォームや増改築の相談をFAXにて受付します。相談内容の概要等をお送りください。  
問 県建築協同組合中吉野支部  
FAX 0747-52-9971

### 無料交通事故相談

時 毎月第2火曜日  
午前10時～午後3時  
所 大淀町役場  
問 奈良県庁県民暮らし課  
☎ 0742-27-8731

### 児童相談

時 6月19日(木)  
午前10時30分～午後4時  
所 吉野町中央公民館  
問 高田こども家庭相談センター  
☎ 0745-22-6079

### ひきこもり出張相談(要予約)

時 毎月第4月曜日  
所 桜ヶ丘総合センター  
問 県ひきこもり相談窓口  
☎ 0742-27-8130  
※県の窓口は平日毎日受け付けています。

### 法テラス

身近な法的トラブルについてお気軽に問い合わせてください。  
問 法テラス南和法律事務所  
(下淵やすらぎビル内)  
☎ 050-3383-0025

# MY TOWN OYODO

## 大淀町民憲章(平成3年11月1日制定)

わたくしたちは、吉野の、川と緑の恵みを守り、豊かな文化と活力ある南和の中核都市をめざし、この憲章を制定します。

- 1. わたくしたちは、緑と水と心のきれいな町をつくります。
- 1. わたくしたちは、互いに人権を尊び、共に生きるあたたかい町をつくります。
- 1. わたくしたちは、すぐれた郷土を愛し、文化と教養の香りたかい町をつくります。
- 1. わたくしたちは、スポーツに親しみ、健康で仕事に励む活気ある町をつくります。
- 1. わたくしたちは、老人を敬い、子どもの夢を育て、生きがいのある町をつくります。



花

梨花



木

アラカシ

# 人のうごき

令和7年4月30日現在

- 人口 15,651人 (-48)
    - 男 7,473人 (-26)
    - 女 8,178人 (-22)
  - 世帯数 7,340 (-12)
- ( ) 内は前月との比較

# Happy Smile!



たつみ ひなと  
**辰己 陽透くん**  
(令和6年9月26日生まれ)

お父さん・お母さんより  
.....  
元気にスクスク育ってね

(下瀬)

「Happy Smile」のコーナーでは、就学前のお子さんの写真を募集しています。お申し込みは、町役場総務課まで。



# 広告



# 広告



# 広告

広告は、町の新たな財源の創出を図るために掲載しています。みなさまのご理解とご協力をお願いします。