



^{いま} 古社坐す 葛城山麓に、彼岸花の炎立つ ^{ほむら}

葛城一言主神社（森脇）

彼岸花の見頃に合わせてシャトルバスを運行します。御所の初秋の風物詩を味わってみませんか。
（詳しくは3ページへ）

市の動向

【令和4年7月31日現在】

市の人口 24253人 (-11人)
 男性 11347人 (-8人)
 女性 12906人 (-3人)
 世帯数 12059戸 (+27戸)
 * () 内は前月比

9月下旬、秋分の候を迎えると、金剛葛城山麓の田んぼの畔が鮮やかな赤色に彩られます。長かった夏の暑さもようやく和らぐこの時期、吹く風の涼やかさに誘われるように、カメラを携えて葛城古道をのんびり歩くのが、私の恒例行事となっています。ヒガンバナやコスモスの咲き乱れる道すがら、片や雄大に連なる山々、片や大らかに開けた大和盆地の眺望を楽しみながら、情趣豊かな神社仏閣や緑深い山野を巡る道程は、何度歩いていても色褪せない魅惑の道です。

2	市長コラム 誇夢
3	さんろく彼岸花シャトルバス
4	議会広報
6	動物愛護週間
7	けんこう
12	図書館へ行こう!
13	第50回御所市美術展覧会 作品募集 ほか
14	認知症を学び、地域で支えよう
16	暮らし
18	地域子育て支援センター ほか
19	お知らせ
23	三市交流バスツアー 参加者募集
24	文化財常設展示室 オープン まちのフォト☆ニュース

新型コロナウイルス
 感染症に関する情報



イベントの中止・延期、
 公共施設の開館・貸館



◆市長コラム

誇夢

御所市長 東川 裕



新型コロナウイルス第7波が今までにないスピードで急速に拡大し、身近なところでも感染者や濃厚接触者が増えていくと実感しています。ただ、社会の反応は少しずつ変化して、一歩進んだウィズコロナの段階を迎えているように感じます。決して油断するのではなく、今まで以上に感染予防の意識を強く持ちつつ、正しくウィズコロナに対応していかなければなりません。

市政を預かる立場として、まず大切なのは、市民に寄り添うこと。そして同時に、できるだけ市民サービスに悪影響が出ないように心がけることだと考えます。そのような意識を常に持ちながらこの第7波を乗り切りたいと思います。

また、感染者が増えるなか、今後予定しているさまざまなイベントや行事への対応をどうするのかを慎重に検討しなければなりません。もちろん、状況的確に判断し、感染拡大防止を第一に考えなければならぬのは言うまでもありません。ただ、ウィズコロナの観点からは、安直に中止の判断を下すだけではなく、感染予防にしっかりと取り組みながらも、工夫して何とか実施できる方策を探る段階に移行しつつあると考えます。

それぞれの事業主旨を大切に、まずは実施する方向で考え、工夫をした上で判断したいと思っています。一方で、別の観点から、毎年ルーティンのように続けていた慣習的な作業や、今の時代に適さなくなっている行事については、さまざまな価値や社会的ルールが大きく転換するこの機に、思い切って見直すことも必要だと感じています。

また、感染者が増えるなか、今後予定しているさまざまなイベントや行事への対応をどうするのかを慎重に検討しなければなりません。

（市長ブログから抜粋・一部改変、加筆等により構成）



さんろく彼岸花

シャトルバス

近鉄御所駅から彼岸花が咲く葛城山麓まで
期間限定でシャトルバスを運行します。

◆運行区間

- 近鉄御所駅発→九品寺→一言主神社→名柄
- 名柄発→九品寺→近鉄御所駅

運行期間(毎日)
9月17日(土)～
10月2日(日)

シャトルバス運行ルート



! 近鉄御所駅行きは、一言主神社バス停には停車しません。

◆運賃

1日フリーパス **200円** (小学生以下:100円)

- ※フリーパスはシャトルバス車内で係員が販売します。
- ※当日限り乗降自由
- ※コミュニティバスひまわり号には乗車できません。

★数量限定で **ゴセンちゃんグッズ** プレゼント!

運行時刻表

◎所要時間 約15分

	近鉄御所駅発 (名柄行)	名柄発 (近鉄御所駅行)
9時	00 35	55
10時	00 30 45	20 50
11時	09	05 30
12時	09 35	30 55
13時	09 40	30
14時	09 40	00 30
15時	09 30	00 30 50
16時	00	20



〈おわがい〉

乗車および彼岸花の
観賞・撮影に際しては
エチケット・マナーを
守ってください。

■問い合わせ

地域活性推進室 ☎44-3169



☒ www.city.gose.nara.jp/kankou/3497.html

※シャトルバスの停留所の一部は、コミュニティバスの停留所と共用しています。**お乗り間違いにご注意ください。**

⑨**名柄バス停は、コミュニティバスのバス停と場所が異なります。**

※マイカーでお越しの際は、近鉄御所駅周辺のパーキングに駐車
のうえ、シャトルバスをご利用ください。

令和4年 御所市議会6月定例会

議会 広報

No.15

令和4年6月定例会を6月13日～21日の9日間開催しました。

本定例会では、本会議などで活発な議論が交わされ、市政全般についてたどりました。

17日には議案審議を行い、審議の結果、「御所市税条例の一部を改正する条例の専決処分の報告について」のほか、「令和4年度御所市一般会計補正予算(第1号)の専決処分の報告について」など、市長から提出された議案11件を原案どおり承認、可決、同意しました。

また、最終日の本会議では、追加議案として、市長から「令和4年度御所市一般会計補正予算(第3号)について」が提出され、コロナ禍における物価高騰等総合緊急対策として、

「子育て世帯への生活支援特別給付金にかかる予算」「市内在住で市内の保育所、幼稚園、認定こども園に通所(園)する児童の副食費無償化事業にかかる予算」について、詳細な説明を求めました。さらに「令和4年度御所市学校給食費特別会計補正予算(第2号)について」及び「令和4年度御所市水道事業会計補正予算(第1号)について」が提出され、3議案を原案どおり可決しました。



主な議案の結果一覧 (6月定例会)

議決した14議案より抜粋

※その他の議決結果については、市議会ホームページをご覧ください。

番号	議案名	議決結果
報第6号	令和4年度御所市一般会計補正予算(第1号)の専決処分の報告について 新型コロナウイルス対策として低所得の子育て世帯に対する生活支援特別給付金給付事業にかかる補正予算	原案承認
議第28号	令和4年度御所市一般会計補正予算(第2号)について アクアセンター建替用地を活用した葛城地域活性化事業にかかる基本構想を策定する事業費、木質バイオマス活用による地域内エコシステム構築に向けた薪の製造工場整備のための外部専門家を招聘する事業費、観光基盤整備事業などにかかる補正予算	原案可決
議第30号	御所市監査委員の選任について 任期満了に伴う委員の選任	原案同意
議第31号	令和4年度御所市一般会計補正予算(第3号)について コロナ禍における物価高騰等総合緊急対策として、子育て世帯への生活支援特別給付金給付事業、市内在住で市内の保育所、幼稚園、認定こども園に通所(園)する児童の副食費7か月分無償化などにかかる補正予算	原案可決
議第32号	令和4年度御所市学校給食費特別会計補正予算(第2号)について コロナ禍における物価高騰等総合緊急対策として、学校給食費7か月分無償化にかかる補正予算	原案可決
議第33号	令和4年度御所市水道事業会計補正予算(第1号)について コロナ禍における物価高騰等総合緊急対策として、水道料金の基本料金7か月分無償化にかかる補正予算	原案可決

発行 御所市議会
編集 議会広報編集委員会
令和4年9月1日発行
問い合わせ 議会事務局
62-3001 (内線312)

議会広報編集委員会委員(6名)
委員長 生川真也
副委員長 丸山誠
委員 山田秀士
委員 池田靖幸(副議長)
委員 川田大介
委員 杉本延博(議長)

「市議会ホームページ」

www.city.gose.nara.jp/category/2-0-0-0-0.html



一般質問

6月15日に本会議を開催し、議事日程に基づき一般質問を行いました。質問者と主な質問内容は以下のとおりです。

(※紙面の都合で一部のみ掲載)

山田 秀士 議員

問 御所市民運動公園及び市内体育施設のWEB予約制度について

答 令和4年4月から体育施設のWEB予約システムを導入しています。市民運動公園の第1・第2・第3グラウンド、テニスコートの他、市民運動場、健民運動場、健民テニスコートの7施設が対象となっています。利用者からは、予約状況の照会や申請のために市役所や運動公園に出向く負担が少なくなり利便性が向上したと聞いています。

なお、無断キャンセル等の悪質な行為に対しては厳しい姿勢で臨み、より良い施設の管理運営に努めてまいりたいと考えています。

松浦 正一 議員

問 御所市の人口動向について

答 御所市の人口減少の特徴としましては、特に若者の進学や就職、婚姻による転出超過が主な要因であると考えられます。目標人口の22,000人を維持できるよう、若年層の転出抑制に向け、子育て世帯の経済的負担の軽減や子育て支援の充実、子どものための魅力ある教育環境の整備、産業集積地整備による雇用の場の創出、移住・定住に関する支援の取り組み等を進め、人口減少を鈍化させ、持続可能な魅力あるまちづくりを進めてまいりたいと考えています。

川本 雅樹 議員

問 「葛城の道」の整備・充実について 他1件

答 南郷遺跡群は本市にとって貴重な歴史・文化資源であり、多くの観光客に訪れていただき、悠久の歴史にふれていただくため、看板の設置など利便性を高める手立てを研究し講じてまいりたいと存じます。

また、各遺跡への適切なアクセス道路は観光施策にも重要な要素であると考えます。アクセス道路を兼ねた生活道路の整備という観点で、用地等地元や地権者の協力が必要不可欠であるため、各担当部局と連携を図りながら慎重に検討してまいりたいと考えています。

中谷 文雄 議員

問 孤独や孤立対策について

答 『在宅高齢者「食」の自立支援事業』として、配食サービスを実施し、精神的・身体的理由により調理が困難な高齢者に対して食事の確保及び見守りを実施しています。

また、緊急通報装置貸与事業として、心疾患による発作など急病の危険がある一人暮らしの高齢者に対し、24時間365日オペレーションセンターが健康相談や緊急搬送等の対応を行っています。現サービスに留まらず、孤立化に少しでも歯止めをかけていきたいと考えています。

～ウィズコロナ、アフターコロナ時代における ケアの課題と市民生活支援策を～

新型コロナウイルス感染症の影響により、自粛生活が長期にわたり、経済や社会制度、生活様式等も目まぐるしく変化しています。未だ収束の兆しが見えないなか、生活を維持するためにウィズコロナ、アフターコロナへの対応が求められています。

今定例会においても、コロナ禍における物価高騰等総合緊急対策として、**子育て世帯への生活支援特別給付金の支給、市内在住で市内の保育所、幼稚園、認定こども園に通所(園)する児童の副食費無償化事業、学校給食費及び水道基本料金の7か月分無償化**の追加議案を可決しました。また、閉会日に開催された全員協議会では、子育て世帯への生活支援と同様に国の特別給付金を活用し、高齢者への生活支援の対応も検討するよう要望しました。

本市議会といたしましても、感染拡大防止と市民生活、経済活動の維持・回復を両立させることを目指し、市民の皆様の意見をしっかりとお聴きし、引き続き議論を重ね、市民の皆様が笑顔で元気に安全で安心な暮らしを早く取り戻せるよう進めてまいります。

【議会メモ】

◎全員協議会とは…市政全般に関わる事項や議会運営に関する事項などを協議するため、三役（市長、副市長、教育長）はじめ担当者と全議員で行う会議。

ペットと私たちが快適に暮らせるために

9月20日～26日は『動物愛護週間』

動物愛護週間は、動物を愛する心を育み、ペットの正しい飼い方について理解と関心を深めていただくために設けられています。

飼い主は、種類や習性に応じて、ペットの健康と安全を確保し、ペットが人や他の動物に危害を加えたり、迷惑をかけたりしないよう努める必要があります。



放し飼いはやめよう

ペットを放し飼いにすると、人や動物に危害を加えたり、畑や花だんにふん尿をしたりする恐れがあるほか、交通事故に遭う危険性もあります。



なお、**犬の放し飼いは奈良県条例で禁止**されています。

- ペットの放し飼いは絶対にやめましょう。
- ペットが敷地から逃げ出さないようにしましょう。

生活環境に配慮しよう

犬や猫のふんの後始末や飼育場所の周囲を清潔にすることは、飼い主の責務です。ペットがご近所からも愛されるため、鳴き声や悪臭などで迷惑をかけないように心がけましょう。

- 悪臭を発生させないように、飼育場所を常に清潔に保ちましょう。
- ムダ吠えしないよう、きちんとしつけや訓練を行きましょう。



ペットを絶対に捨てないで

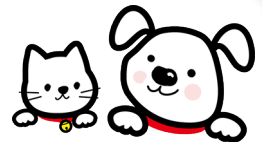
ペットを捨てるのは犯罪です。動物を愛する気持ちを忘れず、絶対にペットを捨てないでください。



- 最期まで責任を持って世話できるか、飼う前に家族でよく話し合しましょう。
- 万一、飼えなくなったら、必ず譲渡先を探しましょう。

適正な繁殖制限を

犬や猫の繁殖を望まない場合は、動物病院に相談し、去勢・不妊手術などの繁殖制限を行きましょう。



- 適正な繁殖制限を行い、不幸な動物を増やさないようにしましょう。
- 手術を行うと性格が穏やかになり、長生きできると言われています。また、生殖器の病気を防ぎ、妊娠・出産に伴うリスクを回避できます。

散歩はマナーを守って!

犬のストレス解消のため、散歩などで適度な運動をさせましょう。散歩時はマナーを守り、周囲に迷惑をかけないようにしてください。



- ふんの後始末は必ずしましょう。
- 犬が人や物に危害を加えないよう、必ずリードを付けて、犬を確実に制御できる人が散歩させましょう。



飼い主の責務

法律で次のことが定められています。

- ☆ ペットの健康と安全の保持
- ☆ 人に迷惑をかけない ☆ 繁殖制限
- ☆ 所有者の明示（鑑札等をつける）

★ 6月1日から、ブリーダーやペットショップ等で販売される犬や猫は、マイクロチップの装着（飼い主情報の登録）が義務化されています。

※ 犬の飼い主には、「狂犬病予防法」に基づく登録（生涯に1度）と予防注射（年1回）が義務付けられています。



環境政策課〔クリーンセンター内〕 ☎66-1087

9月10日～16日は『自殺予防週間』です

大切な人の命を守るため、
できることから
始めてみませんか

○こんな**異変**には**気**をつけて！
-自殺のサイン-

- | | |
|--|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 感情が不安定になる | <input type="checkbox"/> 食欲がなくなる |
| <input type="checkbox"/> 性格が変わったようになる | <input type="checkbox"/> 眠れなくなる |
| <input type="checkbox"/> 興味を持っていたものへの関心を失う | <input type="checkbox"/> 自殺をほのめかす |

年間約2万1千人の人が、追い込まれた末に自らの命を絶っています。つらい思いで日々悩み、自ら死を選ぶうとしていた人が、あなたの身近にいるかもしれません。

気付いてほしい
誰かのSOSに

けんこう

●異変に気づいたら…

「どうしたの?」「あなたのことを心配しているよ」と言葉にして伝えることが大切です。

どうしてよいか困ったときは、
右の窓口にご相談ください。



心の相談窓口

- 奈良いのちの電話(24時間受付) ☎0742-35-1000
- 中和保健所(精神保健係) ☎0744-48-3038
- 精神保健福祉センター ☎0744-47-2251
- よりそいホットライン ☎0120-279-338 (通話無料)
- #いのちSOS ☎0120-061-338 (通話無料)

結核を予防しよう

9月24日～30日は結核予防週間

結核は「過去の病気」ではありません。今でも国内で1日に50人が新たに発病し、5人が命を落としている重大な感染症の一つです。

結核は咳やくしゃみの飛沫に含まれる結核菌を吸い込むことで感染します。2週間以上続く咳や痰、微熱などの症状があれば、すぐに医療機関で受診してください。

●御所市では、肺がん検診(胸部レントゲン)にあわせて結核検診も行っています。詳しくは、「広報御所」8月号(10ページ)をご覧ください。

健康・栄養相談
《個別対応》



生活習慣病でお悩みの人や、運動・食事を改善したい人の相談に管理栄養士・保健師が応じます。

- ◆対象 市内に住所がある40歳以上の人
- ◆日時 随時実施 9時～11時の間 (相談時間は30分程度)
- ◆場所 いきいきライフセンター
- ◆申込方法 希望日の1週間前までに電話で健康推進課へ。

費用
無料

★事前に送付するアンケートに記入して持参ください。

健康まるわかり教室

生活習慣病やロコモティブシンドローム（運動器症候群）の予防・改善には、毎日の食事と運動の習慣を見直すことが大切です。

専門家のアドバイスを聞きながら、楽しく生活習慣改善のコツを学び、いきいきとハリのある生活を送りませんか！

- ♣対象 市内に住所がある40歳以上の人
- ♣場所 いきいきライフセンター
- ♣定員 各20人（先着順）
- ♣申し込み 9月5日(月)以降、各締切日までに電話で健康推進課へ。

食事や運動の習慣を見直すチャンス！

参加無料
申込必要



けんこう

栄養専科 〈全2回〉

【申込締切日 10月3日(月)】

10/13
木

- 血管年齢を若く保つための栄養のお話
 - 血管年齢測定
- 〈持ち物〉筆記用具、マスク

11/9
水

- 〈体験型講義〉
血管アンチエイジング
- 〈持ち物〉筆記用具、マスク

♣時間 9時30分～11時30分（予定）

運動専科 〈全2回〉

【申込締切日 11月4日(金)】

11/16
水

- 運動の効果と姿勢の整え方
- 〈持ち物〉筆記用具、マスク

動きやすい服装で参加ください。

12/7
水

- 運動を続ける方法
- 〈持ち物〉筆記用具、マスク

♣時間 10時～11時30分
（受付・計測：9時30分～）

※「栄養専科」と「運動専科」のいずれか、もしくは両方を申し込みできます。



GO GO ウォーキング 倶楽部ツアー

▼開催日 9月28日(水)

※8時の時点で雨の場合は中止

▼集合・解散時間と場所

○集合…9時15分（葛城公園）

○出発…9時30分

○解散…15時30分頃（葛城公園）

▼持ち物 弁当、お茶、敷物、雨具、常備薬、帽子、マスクなど

【コース】

葛城公園 ↓ 鴨山口神社 ↓ 駒形大重神社 ↓ 九品寺 ↓ 葛城一言主神社 ↓ 郵便名柄館 ↓ 田村薬草園 ↓ 葛城公園

▼歩行距離 約9km

▼歩行時間 約3時間

▼申込方法 9月21日(水)までに健康推進課へ電話またはGO GOウォーキング倶楽部会員へ。

※体調や安全については自己管理をお願いします。風邪症状や発熱のある場合は参加を控えてください。



減塩ワンポイントアドバイス vol.33

【和食編】



定番メニューの塩分を知ろう！

油が少なく健康に良いとされる和食ですが、しょうゆや味噌で味をつける料理が多く、塩分が多くなりがちです。「だしを効かせる」「薬味をたっぷり使う」などで、調味料を減らしましょう。

(1食あたり)	茶わん蒸し	炒り鶏	肉じゃが	さけの ホイル焼き	さばの みそ煮	きんぴら ごぼう
塩分 (g)	1.6	1.6	2.1	1.4	2.3	1.8
エネルギー (kcal)	107	244	492	184	279	137

1日の塩分摂取量基準

男性 7.5g未満

女性 6.5g未満

〔食品成分表から算定〕

電子レンジで10分・お手軽！

肉じゃが

〈1人分〉
塩分 0.8g

＜作り方＞

- 1 ジャがいも、にんじん、玉ねぎは、皮をむき、火が通りやすいように、厚めの半月切りにする。
- 2 深さのある大きい耐熱容器に、じゃがいも、だし昆布、にんじん、牛肉、玉ねぎの順に入れる。
- 3 ★の調味料を混ぜ合わせ、②に回しかける。
- 4 ③にラップをふんわりかけ、電子レンジで加熱する。(600wで約10分) *加熱時間は家庭の電子レンジに合わせて調節してください。
- 5 火が通っていたらラップをしたまま30分ほど冷まして出来上がり。冷める過程で味が染みます♪



材料 (4人分)

じゃがいも	2個
にんじん	1/2本
玉ねぎ	1個
だし昆布	2枚 (3g)
牛肉 (こま切れ)	120g
★砂糖	大さじ1
★しょうゆ	大さじ1
★みりん	大さじ2
★酒	大さじ2

手軽に楽しく ほど塩生活のコツ

減塩セミナー

内容

☆管理栄養士による減塩のお話

- あなたの味覚をチェック！
- どうして減塩が必要なの？ ほか

- ♣対象 市内に住所がある18歳以上の人
- ♣日時 9月28日(水)、11月17日(木)のいずれか1日(*)
10時～12時 (受付：9時40分～)
- ♣場所 いきいきライフセンター *2回とも同じ内容です
- ♣持ち物 筆記用具、マスク
- ♣申込方法 9月5日(月)以降、各開催日の1週間前までに電話で健康推進課へ。

定員(先着順)
各24人



☆フードコーディネーター
松田 弘子さんの減塩セミナー

- 日頃のおやつを見直そう
- 野菜・果物を生かした減塩のコツ

☆ワークショップ☆
からだにやさしい
手作りおやつ♪

参加無料
申込必要



けんこう

9月の成人保健事業

参加無料

※検温してお越しください。風邪症状のある場合は参加を控えてください。

事業名	実施日	実施時間・場所	内容	申込	持ち物・注意事項
スマイルクラブ スマイル太極拳	9日(金)	13:30～15:00 産業振興センター (元町1の1)	初心者もOK!楽しく太極拳を学びましょう。	不要	室内用シューズ(靴底の薄いもの)、飲み物、タオル、マスク
スマイルクラブ レッツウォーキング	11日(日)	9:15～12:00 (集合：葛城公園)	〈先行〉 ^{ヤマトケル/ミコト} 日本武尊白鳥陵 (秋津・富田方面)	不要	飲み物、タオル、マスク ※8時時点で雨の場合は中止

奈良県医師会の学術部会が行う 無料健康相談（9月）

相談内容	開催日	時間	予約期限
精神科	6日(火)	9時30分～10時30分	5日(月)
皮膚科	6日(火)	13時30分～14時30分	5日(月)
眼科	13日(火)	14時～15時	12日(月)
内科疾患	29日(木)	13時30分～14時30分	28日(水)

◆場所 奈良県医師会館1階 県民健康サービス室
(橿原市内膳町5の5の8)

※近鉄大和八木駅から北へ徒歩約7分

◆予約・問い合わせ 奈良県医師会

☎0744-22-8502

市内に住所がある40歳以上対象

骨粗しょう症検診



女性ホルモンの減少やカルシウム不足が原因で骨がもろくなる骨粗しょう症。運動不足やダイエットなどにより発症しやすくなる病気です。

手首に超音波を当てて骨密度を測定します。1分ほどで済み、痛みもありません。測定結果をもとに、健康・栄養相談を行います。

▶日時 10月20日(木) 13時～ (時間予約制)

▶場所 いきいきライフセンター

▶定員 25人《今年度中に40～70歳になる人で、5歳刻みの節目の年齢の人を優先。そのほかは抽選》

▶申込方法 10月6日(木)までに電話で健康推進課へ。

費用
無料

けんこう

お医者さんからの メッセージ

寒暖差疲労

気温の寒暖差が大きいことにより、自律神経の働きが乱れ、身体が疲れることを「寒暖差疲労」といいます。気温の変化に伴い、身体は体温を一定に保つため自律神経を働かせて皮膚の血管を流れる血液量を調整したり、筋肉で熱を生み出したり、発汗して体温を下げたりします。気温差が大きいと自律神経が過剰に働き、大きなエネルギーを消耗して疲労が蓄積し、肩こりや頭痛、めまい、倦怠感、便秘、下痢、不眠など、さまざまな心身の不調をもたらします。慢性化すると、わずかな気温差でも不調を感じやすくなります。

寒暖差疲労をケアするためには乱れた自律神経を整えて、日常生活に適度な寒暖のリズムを作り、自律神経をトレーニングすることが大切です。例えば、気温の高い昼は換気で外気を取り入れることで身体を冷やしたり、逆に気温の低い夜は温かい飲み物を飲むことで身体を温めたりして、一日の中で意識的に寒暖差を作ることが自律神経のトレーニングになります。この際、急激に身体を冷やしたり温めたりすると逆効果になるので注意しましょう。

自律神経を整えるには、①身体(局所(筋肉や内臓))を温める ②散歩などの運動をする ③首肩の筋肉をストレッチする ④身体を温める食べ物(多く取る) ⑤規則正しい生活(適度な睡眠と朝に太陽の光を浴びること) ⑥38℃～41℃の湯に首までつかり身体の芯まで温め、自律神経の集まっている首を温めるなどが効果的です。自律神経は首だけではなく、耳の周りにも集中しています。耳をつまんで前後に回したりすることも自律神経の働きを整えるのに有効です。

奈良県医師会



国保 人間ドック・脳ドック 追加募集!

■ 問い合わせ 保険課(市役所新館1階) ☎62-3001 (内線256)

受付期間 **9月12日(月)～30日(金)** (土(日)祝を除く) **★先着順★**

◇対象者および申込方法

対象者	<ul style="list-style-type: none"> ● 申込日において、1年以上継続して御所市が交付した国保の保険証をお持ちの人 ● 令和4年4月1日現在、35歳以上の人 ● 申込日において、国民健康保険税(納期限到来分)を完納している世帯の人 <p>注 他の保険(後期高齢者医療・社会保険等)の加入者は対象外です。</p>
受付期間	9月12日(月)～30日(金) (土(日)祝を除く) [8時30分～17時15分] ※定員に達し次第終了
申込方法	保険課へ『申込に必要なもの』を持参し、「人間ドック」または「脳ドック」いずれかに申し込んでください。電話での申し込みはできません。
申込に必要なもの	<ul style="list-style-type: none"> ○ 国保の保険証 ○ 特定健診受診券(「人間ドック」を申し込む場合) ○ 来庁者の本人確認書類 [顔写真あり(運転免許証など)…1点] [顔写真なし(保険証、年金手帳など)…2点] <p>※代理人が申し込む場合は、委任状が必要です。</p>



◇実施内容

	人間ドック	脳ドック
受診期間	12月まで	令和5年1月まで
自己負担額	12,000円 ☆	10,000円
実施医療機関	市内実施医療機関	済生会御所病院
定員	50人	40人
受診日	受診者が直接、医療機関と相談して決定	

注 「人間ドック」と「特定健診」は重複申込(受診)できません。

- ▷ 今年度の特定健診を受診した人は人間ドックの申込ができません。
- ▷ 人間ドックを受診した人は、特定健診受診券を使用できません。

☆「胃エックス線検査」を「胃内視鏡検査」に変更する場合は、自己負担額が16,000円となります。

各ドックの検査内容、市内実施医療機関は、申込時などに保険課で確認してください。

後期高齢者医療にご加入のみなさんへ

➡ 10月から使用できます

今年度
に限り

9月中旬に **新しい保険証** を発送します!

■ 問い合わせ 保険課(市役所新館1階) ☎62-3001 (内線252)

75歳以上の人および一定の障害がある65歳以上の人には、1人に1枚、保険証(後期高齢者医療被保険者証)を交付しています。

今年度は後期高齢者医療制度の改定に伴い、**8月と10月の2回、保険証の更新があります。**

◆10月からの新しい保険証は

- 「簡易書留郵便」でお届けします。
- 有効期限は令和5年7月31日です。



*10月以降に医療機関を受診するときは、必ず新しい保険証を使ってください。

*9月30日まで有効の保険証は市役所保険課へ返却するか、ご自分で確実に処分してください。



新着図書

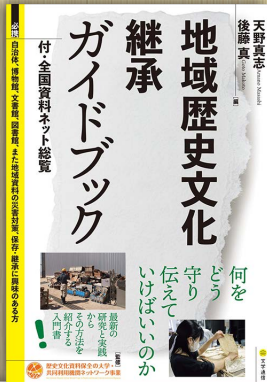
★1人につき10冊4週間貸出中★
(新型コロナ感染予防のため)

図書館ブログも見てね♪

U www.lics-saas.nexs-service.jp/gose-city/

『地域歴史文化継承ガイドブック』

天野 真志・後藤 真



地域の歴史文化を見つめ
守り伝えるにはどうしたら
よいのか。全国の事例
や、古文書の修理・デジ
タル化といった保存方法
などを紹介します。全国
の保存団体ネットワーク
総覧付き。

『塩分ひかえめでも とびきりおいしいレシピ』

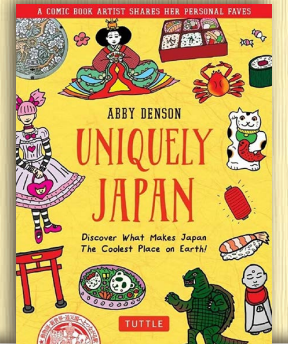
藤井 恵



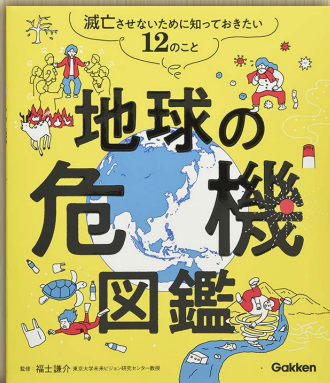
藤井 恵

『UNIQUELY JAPAN』

ABBY DENSON



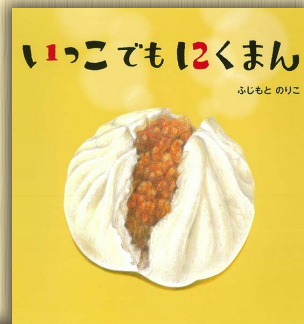
『地球の危機図鑑』 福士 謙介



地球や人類に迫るさま
ざまな問題を『危機ニ
ュース』で取り上げ、
「このまま滅亡させない
ために進行中の危機脱
出大作戦」と具体的な
参加方法、さらに作戦
が成功するとどうなる
のかが、わかります。

『いっこでもにくまん』

ふじもとのりこ



『マジックに会って ぼくは生まれた』



涌井 学

☆他にも新着図書をブログで紹介しています。

◆ 一般書 ◆ (中高生を含む)	◆ 児童書 ◆
タイトル MOデザイン良質見本帳 科学法則大全 洪水と水害を 自由を考える 西洋政治思想史 図解でわかる14歳からの 自然災害と防災 世界を変えた 150の哲学の本 部位別 全身スキンケア大全	タイトル 13歳までに伝えたい 男の子の心と体のこと おうちりくじよう グランプリ かず 日本のことばずかん サイバーセキュリティ 会社図鑑
著者・出版社 久保田 涼子 / 著 SBクリエイティブ ブライアン・クレッグ / 文 化学同人 大熊孝 / 著 農文協プロダクション 杉本 竜也 / 著 日本経済評論社 社会応援ネットワーク / 著 太田出版 アダム・フェルナー / 著 創元社 尾崎 由美ほか / 監修 成美堂出版	著者・出版社 やまがたてるえ / 著 かんき出版 二宮 由紀子 / ぶん 文研出版 神永 暁 / 監修 講談社 Z20セキュリティ テクノロジーズ / 監修 日経BP
著者・出版社 アリ・ウインター / 文 かもがわ出版 ふじもと みさと / 文 文研出版 たつくりのおりがみ / 監修 文研出版	わたしの科学 - SCIENCE AND ME - 絵本で知ろう二十四節気 〈秋〉 作っての楽しい! かざってかわいい! 季節のおりがみ 〈秋巻〉

9月 図書館カレンダー

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	

は休館日 是整理日(休館)

秋の夜長は
読書と
お月見♪

ブック リサイクル

図書館1階
入口付近に常設
(休館日を除く)



つーちゃん

9月のイベント

- 〈地階 児童書コーナー〉
- つーちゃんのおはなし会
4日(日) 11時～
 - おはなしをたのしむ会
10日・24日(土)
10時30分～



奈良県みんなでたのしむ

大芸術祭

☆☆☆☆☆ 第50回記念 ☆☆☆☆☆

御所市美術展覧会

作品募集

観覧
自由



◆開催期間 **10月21日(金)～23日(日)**
9時～17時 (23日は16時まで)

◆場 所 **中央公民館 (元町382の1)**

- ◆出品点数 1人各部門2点以内。連作の場合は3点以内で1点とします。
- ◆出品資格 15歳以上の人 (中学生は除く)
- ◆出品手数料 **1部門 500円**《高校生は無料》
- ◆搬入(作品受付) 10月9日(日) 9時～16時30分
- ◆搬出 10月23日(日) 16時～17時

◆審査および賞

審査は美術展覧会審査員が行います。

- ▷優秀作品には…50回展賞、市展賞、市長賞、市議会議長賞、教育長賞、文化協会長賞、奨励賞を贈ります。
- ※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、表彰式は開催しません。

◆開催要項および出品申込書

生涯学習課(市役所 新館3階)、中央公民館、文化交流センター、アザレアホール、人権センターで配布します。市ホームページからもダウンロードできます。

U www.city.gose.nara.jp/3475.html



◆問い合わせ 生涯学習課 ☎44-3597

◆出品部門と作品の規格

全部門、作品は創作未発表のものに限ります。

出品部門	作品の規格と注意事項
日本画	6号以上(大色紙) 80号以内とし、枠張額装とする。
洋画	
工芸・彫塑	高さ200cm、幅・奥行きともに150cm、重さ50kg以内。
書 芸	額装または表装(仮表装を除く)とする。 一辺60cm×180cm以内。掛け軸は長さ200cm以内。
写 真	単・組・連とも写真1枚のサイズは四つ切以上。 額装を含めて縦・横ともに150cm以内。 額装またはパネル張り。 ※被写体が人物の場合は本人の承諾が、他人の著作物を引用する場合は原作者の使用承諾が必要です。 ※可能な限り、アクリル板を使用してください。
俳 画	色紙以上8号以内。枠張額装。

図書館教養講座

心が人生を創る

☆PART-II☆

～自分にとって
最も大切なものは～

参加
無料

◆日時 **10月1日(土)**
13時30分～15時
(開場:13時)

◆場所 **アザレアホール**
視聴覚室(御所市13)



- ◆講師 川田 真由美さん(元小学校長)
- ◆定員 先着20人
- ◆申込方法 9月4日(日)以降に、図書館1階カウンターで受付(電話申し込みは不可)
- ◆問い合わせ 図書館 ☎65-2580

認知症を学び、地域で支えよう

9月は 世界アルツハイマー月間
9月21日は 世界アルツハイマーデー

オレンジリングは
認知症サポーターの
しるしです!

認知症はアルツハイマー病など誰にでも起こりうる脳の病気によるものです。認知症になると、記憶障害や認知障害などの症状から不安に陥り、その結果、周囲の人とぎくしゃくしたり、家族が疲弊してしまったりすることも少なくありません。

そこで大切なのは、認知症に対する周囲の理解と気遣いです。誰もが認知症について正しい知識を持ち、認知症の人や家族を支える手だてを知ること、住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりをみんなで実現していきましょう。



「世界アルツハイマー月間」期間中、啓発イベントを実施します。（「広報御所」8月号にも掲載）

◆本で知る・学ぶ「認知症」

認知症に関する図書を紹介し、また、「オレンジカフェ」の案内展示も行います。

観覧
自由

◇日時 9月1日(木)～30日(金)

※図書館の休館日（12ページ）を除く。

◇会場 アザレアホール(御所市13)

◆認知症講演会・相談会

テーマ「認知症の早期発見・診断・治療」

早期に気づき対応すれば、認知症の進行を遅らせることにつながります。

《講演会》13時～14時30分

《相談会》15時～16時30分

◇申込方法 電話またはウェブで。（※相談会は電話のみ）

9/24
土

費用無料
申込必要



◆申し込み・問い合わせ 御所市地域包括支援センター〔市役所本館2階 高齢対策課内〕 ☎65-2020

「もしかして…認知症？」

と思ったらチェックしてみましょう。

チェックリストで1つでも思い当たる場合は
下記へご相談ください。

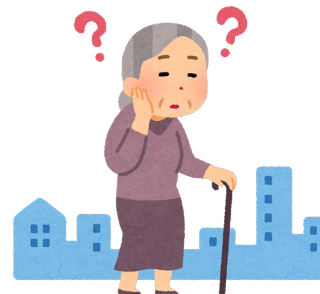


★「加齢によるもの忘れ」と「認知症」は違います。

体験したこと自体を忘れて、もの忘れの自覚がない場合は、認知症の可能性がります。

◆認知症チェックリスト

- 通帳や印かんなど大事なものをなくす。いつも探し物をしている
- 人との約束や新しいことが覚えにくくなった
- リモコンや洗濯機など電化製品の操作がうまくできなくなった
- イライラして怒りっぽくなったと思う（または人に言われる）
- 今まで楽しめていた趣味や娯楽、人付き合いが楽しめなくなった
- 一人でいるのが不安になったり、外出をおっくうに感じたりする



認知症の 相談先

●御所市地域包括支援センター ☎65-2020

地域包括支援センターでは、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう、保健医療・介護に関する相談のほか、認知症に詳しい関係機関と連携しながら適切なサービス・制度の利用につながるよう支援を行います。

●認知症に関する電話相談

〈(公社)認知症のひとと家族の会〉

☎0120-294-456

※携帯電話の場合は

☎075-811-8418

[受付：10時～15時（土/日/祝を除く）]



認知症

地域支援推進員通信 vol.4



市内3か所で開催している「御所市オレンジカフェ」のうち、今回は聖ヨゼフ・ホームを紹介します。



認知症の人や介護する家族が、簡単な体操や季節に合わせた工作をしたり、日頃の介護に関する経験談などを気軽にしゃべりしたりして、和気あいあいと楽しい団らんと学びの時間を過ごしています。「認知症」や「介護」について相談したいことがある人も、気軽にお越しください。

聖ヨゼフ・ホームでは、月1回（奇数月のみ）、聖ヨゼフ・ホーム内マリアカフェで「オレンジカフェ」を開催しています。

参加無料

▶「広報御所」に毎月開催日程を掲載しています。（下の表）

◎市役所高齢対策課では、認知症に関するさまざまな相談に対応します。

◆相談・問い合わせ
御所市地域包括支援センター
〔市役所本館2階 高齢対策課内〕
☎65-2020

オレンジカフェ



〈9月〉

認知症について
ともに語り合いませんか？

**参加無料
事前連絡必要**

「オレンジカフェ」は、認知症の人やその家族を中心に、地域のみなさんや医療・介護の専門職など、どなたでも集うことのできる場所です。

和やかな雰囲気の中で、地域のみなさんとともに認知症を理解し合い、共感することで、不安や悩みの解消、ストレス軽減を目指しています。



開催日	時間	内容	場所	連絡先
7日(水)	13時30分 ～15時30分	「認知症 知れば知るほど親近感!!」 アルツハイマー型認知症予防に効く 食材等をご紹介します!	ごせまちセンター (御国通り3丁目 361の10)	テnderヒル御所 わかば館 (☎64-2500)
18日(日)	13時～15時	●認知症に関する情報提供 ●交流会	鴻池会 地域ケア センター ブランチ (大広町198の1)	鴻池会 地域ケアセンター (☎64-2062)
22日(木)	13時30分 ～15時00分	済生会御所病院の看護師を招いて、 「救急看護」や「簡単なストレッチ 方法」を学びます!	聖ヨゼフ・ホーム内 マリアカフェ (戸毛54の6)	聖ヨゼフ・ホーム (☎67-2015)

※参加の際は、検温・マスク着用をお願いします。風邪症状のある人は、参加を控えてください。

9月の各種無料相談日程表

※祝日は開催しません。

相談名	日	曜	時間	場所	予約	問い合わせ	備考
交通事故相談	1	木	10:00~15:00	市役所新館2階 会議室A	要	市民課☎62-3001 (内線242)	電話で予約
行政相談	20	火	13:30~16:00	市役所新館1階	要		電話で予約 (先着5人)
法律相談	14	水	13:00~16:00	消費者相談室	要		電話で予約 (先着6人)
中南和法律相談	今月は開催しません。(次回は10月28日(金))				要	奈良弁護士会 ☎0742-22-2035	2週間前の9時30分から前日までに電話で予約
女性法律相談	今月は開催しません。(次回は10月4日(火))				要	人権施策課 ☎65-2210	前日までに電話で予約 (先着6人)
人権相談	15	木	13:00~16:00	アザレアホール 会議室 人権センター 相談室	不要		
税務相談	8	木	13:30~16:00	市役所本館3階 会議室4	不要	税務課☎44-3194	
消費生活相談 御所・葛城の 両市民が相互に 利用できます	毎週	木 (*)	10:00~16:00	市役所新館1階 消費者相談室	不要	市民課☎62-3001 (内線242)	*祝休日の場合は翌日に 実施します。
	毎週	月 (*)	10:00~16:00	葛城市役所〔新庄庁舎〕		葛城市消費生活相談窓口 ☎44-5111	
教育相談	月~金		9:30~16:30	御所市適応指導教室 〔市民運動公園管理棟内〕	要	御所市適応指導教室 ☎050-3761-3506	いじめ、非行、不登校など、 教育上の疑問や悩みごとの 相談に応じます。電話で予約
心配ごと相談	毎週	火	13:00~15:00	御所市社会福祉協議会	不要	御所市 社会福祉協議会 ☎63-2457	悩みを持つ人々の相談窓口と なり、問題解決に努めます。
障害者(児)相談	月~金		9:00~17:00		要		障害者(児)の人やご家族の相 談に応じます。電話で予約

★新型コロナウイルスの感染状況により、日程等を変更・中止する場合があります。事前にご確認ください。

9月の自治会別し尿収集日程表

日	曜	収集地区名	日	曜	収集地区名
1	木	榑原、宮戸、西寺田、豊田	21	水	樋野、戸毛、稲宿
2	金	森脇、東名柄、井戸、佐田、 多田、名柄、南郷、増	22	木	戸毛、奉膳、古瀬、川合
5	月	関屋、さくらが丘荘園、元町	24	土	古瀬、奉膳、水泥、朝町、 新田
6	火	三室新町、三室、幸町住宅	26	月	重阪、小林
7	水	幸町、宮戸団地、東佐味	27	火	小林、櫛羅、東松本
8	木	秋津団地、鴨神上、鴨神下、 西佐味	28	水	櫛羅、東松本、葛城台団地、 大広町、宮前町、柳田町
9	金	朝妻、僧堂、伏見、高天、林、 北窪、西北窪、西佐味	29	木	東松本、末広町、新地町、 西町、西柏町、東久保町、 六軒町、JR御所駅前通り、 御国通り、旭町、柿ヶ坪町、 東辻、竹田、西久保本町、 神宮町、代官町、南中町
12	月	鳥井戸、林、船路、極楽寺、 五百家、持田、栗阪	30	金	JR御所駅前通り、鴨口町、 中本町、本町、御堂魚棚町、 中央通り、旭町、柿ヶ坪町、 南中町、豊年橋通り、 大橋通り、御門町、栄町、 寺内町、都町、柳町、竹田、 榑原、宮戸、東辻
13	火	小殿、富田、下茶屋、西垣内、 南寺田、條、出走、南郷			
14	水	室、池之内、今出、緑ヶ丘	10/3	月	榑原、宮戸、西寺田、豊田
15	木	蛇穴、北十三、南十三、 出屋敷、柳原、今城			
16	金	茅原、緑町、玉手、北方、中方、 上方			
20	火	東寺田、本馬、北方、原谷、 上方、今住			

※便槽の周囲はよく整理し、特にふたの上や通路には物を置かないようにしてください。
 ※収集当日、留守にする場合は、隣近所の人をお願いしておいてください。
 ※流せないタイプの除菌シートなどをトイレに流さないでください。
 ※日程を1~2日変更する場合があります。

(有)環境処理センター ☎62-1919

てんいち先生

御所市人権問題
啓発活動推進本部

9月は 屋外広告物適正化月間

奈良県は多くの歴史文化遺産と一体をなす歴史的風土や自然環境に恵まれた地です。地域と一体となった美しい景観づくりを推進するため、次のような取り組みを進めましょう。

- 景観を阻害している違反屋外広告物の追放
- 屋外広告物条例の遵守および屋外広告物制度の周知・啓発
- 屋外広告物の掲出に際する安全管理の徹底

- * 屋外広告業を営む場合は、奈良県知事（奈良市内の場合は奈良市長）の登録が必要です。看板等を設置する際は必ず登録事業者に依頼しましょう。
- * 屋外広告物を掲出する場合は、市長の許可が必要です。
- * 不測の事故を防止するため、屋外広告物の定期点検をお願いします。



■ 問い合わせ 奈良県 景観・自然環境課
☎0742-27-8752

火事・救急は119番



仏壇付近の火災 が増えています

【火災の原因】

- ろうそくや線香から衣服や枯れ落ちた献花への燃え移り
- ろうそくや線香の転倒・落下
- 電灯プラグの不具合 など

【対策】

- ▷ 火がついているろうそくや線香には、燃えやすい物を近付けない。
- ▷ ろうそくの台や線香立てを安定させる。
- ▷ 献花等を長期間放置しない。
- ▷ 電灯プラグ周りを定期的に掃除する。

◆ 問い合わせ 御所消防署 ☎62-0119

暮らし



● クラウドファンディングとは：
プロジェクトを立ち上げた事業の実行者がインターネット上で資金提供を呼びかけ、賛同する支援者から資金を調達する仕組み。支援者に対して（リターン）として商品などを提供する「購入型」で、商品が届かないなどの相談が寄せられています。

【事例】（70歳代 男性）
クラウドファンディングサイトで、レーザー工具の製造会社に約10万円の支援をした。その後リターンとして届くはずの製品が、期日を2か月過ぎても届かない。サイトの運営者に問い合わせても、製造会社に連絡するよう言われただけだった。

クラウドファンディングの トラブルリターンが届かない!?



消費生活
アドバイザー

◆ 問い合わせ
市民課 ☎62・3001
（内線242）



【アドバイス】

▽ 支援を行う前に、プロジェクトの説明やクラウドファンディングの規約をよく読み、不明な点は実行者やサイト運営者に確認しましょう。
▽ 実行者の住所、名称、連絡先や、リターンの提供時期なども確認しましょう。

▽ トラブルの際は、当事者間で解決するのが原則です。実行者にリターンの提供や返金を求めましょう。当事者間で解決できない場合は、サイト運営者に協力を依頼しましょう。

* 困ったときは、左記へ相談*

《御所市消費生活相談》

◇ 日時 毎週木曜日 10時～16時
（祝日、年末年始を除く）

◇ 場所 消費者相談室
（市役所新館1階）

《消費者ホットライン》 ☎188

近隣で開設中の相談窓口につながります。

《警察相談専用電話》 ☎#9110



親子の絆を結ぶお手伝い！子育ての楽しさ、見つけましょう♪

御所市委託による **地域子育て支援拠点事業**

地域子育て支援センター こひつじ

社会福祉法人 恵愛保育所内 (増355) ☎📠66-2233・☎66-0022



9月の「こひつじサロン」

◆場所 恵愛ホール〔恵愛保育所内〕

対象	開催日	時間	事業内容
1歳半未満の赤ちゃん	火曜日・木曜日	13:30～15:00	空の雲や虫の声など、夏から秋に向かう季節の変化を親子で楽しく見つけてみませんか♪ 子どもの発達に合わせた絵本やおもちゃを用意しています。好きな遊びを見つけて楽しく過ごしましょう。絵本の貸出もします。
	水曜日	10:00～11:30	
1歳半以上の未就園児	火曜日・木曜日	10:00～11:30	☆1日(木)、20日(火)～22日(木)はお休みです。
	水曜日	13:30～15:00	

【ご利用の際のお願い】

- お子さんおよび同居のご家族に発熱や呼吸器症状などがある場合は、利用を控えてください。
- 来所前の検温（親子）と、入室時は手指消毒、マスク着用（保護者）、咳エチケット、手洗いなど感染予防をお願いします。
- 当面の間、利用は市内在住の人に限りです。（帰省の人も不可）

●子育て相談● <月～金> 9時～16時
子育ての悩みや不安など、何でもご相談ください。

●一時預かり保育● ご相談ください。

子育て支援センター“こひつじ”は、新型コロナウイルス感染予防に十分配慮しながら、内容・時間を縮小して実施します。ご理解のうえご利用ください。



育児をしながら働きやすい奈良キャンペーン2022【令和4年7月1日～12月31日】

男性の育児休業取得促進を掲げた「改正育児・介護休業法」(令和4年4月施行)に基づき、10月から「産後パパ育休制度」が始まります。各事業場でも、「改正育児・介護休業法」に沿った育児休業規則の整備等を行い、育児休業を取得しやすい職場環境づくりの取り組みをお願いします。

◆問い合わせ 奈良労働局 雇用環境・均等室 ☎0742-32-0210



お知らせ

ならスポーツフェスティバル 第73回

生涯学習課 ☎44-3598

奈良県民体育大会 結果報告

第73回奈良県民体育大会の各競技が、7月に県内外の各会場で行われ、御所市からは6種目に56人の選手が参加し、輝かしい戦績を収めました。主な成績は以下のとおりです。

※市郡対抗競技で上位3位までを掲載します。(順不同・敬称略)



◎クレール射撃

◇団体(中戸健一、金森瑞照、柏木大輔)
|| 3位

◇4×100mリレー
御所市チーム || 3位

◇砲丸投げ(30歳～39歳)
川中雄貴 || 3位

◇走り幅跳び(40歳～49歳)
吉村賢明 || 1位

◇走り幅跳び(30歳～39歳)
松本治宏 || 1位

◎陸上競技(男子)

◇砲丸投げ(18歳～29歳)
手塚早紀 || 2位

◇砲丸投げ(30歳～39歳)
砂田明穂 || 2位

◇走り幅跳び(18歳～29歳)
新澤恵 || 2位

◇走り幅跳び(30歳～39歳)
新澤恵 || 2位

◎陸上競技(女子)

◇100m(30歳～39歳)
新澤恵 || 2位

◇走り幅跳び(18歳～29歳)
砂田明穂 || 2位

◇走り幅跳び(30歳～39歳)
新澤恵 || 2位

◇砲丸投げ(18歳～29歳)
砂田明穂 || 2位

◇砲丸投げ(30歳～39歳)
砂田明穂 || 2位



マイナンバーカード申請・交付 マイナポイント申込支援

休日臨時窓口

◆日時 9月10日(土)・25日(日)
9時～12時

平日に手続きできない人向けに、マイナンバーカードの申請・交付業務および、マイナポイントの申込支援業務を行う臨時窓口を開設します。



- ▷ マイナンバーカードの申請・交付に必要なものは、市民課または市ホームページでご確認ください。
- ▷ マイナポイントの申し込みには、「マイナンバーカード」「数字4桁の暗証番号」「決済サービスIDとセキュリティコード」が必要です。

◆場所・問い合わせ

市民課〔市役所新館1階〕☎44-3018
🌐 www.city.gose.nara.jp/0858.html



マイナポイント 第2弾 申込受付中!

- ◎ マイナンバーカードの新規取得等
(マイナポイント第1弾の申し込みがまだの人)
…最大5,000円相当のポイント付与
※2万円までのチャージまたは買い物が必要
 - ◎ マイナンバーカードの健康保険証としての利用登録および公金受取口座の登録(*)
(※口座番号がわかるものが必要です)
…各7,500円相当のポイント付与
※チャージまたは買い物は不要
-
- マイナンバーカードの申請期限 **9月末**
 - マイナポイントの申込期限 **令和5年2月末**

★9月末までにマイナンバーカードを申請しなければ、マイナポイントの申込はできません!

お買い物のついでに、マイナンバーカードの申請を!

休日の買い物客を対象に、マイナンバーカードの申請業務の臨時窓口を開設します。

◆日時 9月17日(土)・18日(日)
10時30分～16時30分

◆場所 イオンモール橿原
ノースモール3階
(橿原市曲川町7の20の1)

【必要なもの】本人確認書類 (①2点または、①1点+②1点)

①…公的機関発行の顔写真付きの証明書 (運転免許証など)

②…顔写真なしの証明書 (氏名・住所または氏名・生年月日がわかるもの)

▷ カードに掲載する顔写真は会場で撮影します。(費用無料)

◆問い合わせ 市民課 ☎44-3018

お知らせ

9月の納税等

《納期限・口座振替日》
★忘れずに納付してください★

9月30日(金)

固定資産税・都市計画税 第3期

国民健康保険税 (普通徴収分) 第3期

◆担当窓口 収税課〔市役所本館1階〕☎44-3629

介護保険料 (普通徴収分) 第3期

後期高齢者医療保険料 (普通徴収分) 第3期

◆担当窓口 保険課〔市役所新館1階〕☎62-3001 (内線252)

◇口座振替にすると納め忘れがなくなり大変便利です!

- 振替日までに口座残高の確認をお願いします。

【口座振替の手続きは市内の金融機関または上記の窓口へ】

▷ 必要な物 預貯金通帳と届出印、納付書

☆コンビニヤスマホ決済アプリ
〔PayJ〕〔PayPay〕〔LINE Pay〕
でも納付できます!

*1件30万円を超える納付書、納期限を過ぎた納付書は、コンビニヤスマホ決済アプリでは使用できません。
下記の窓口等で納付してください。

【取扱金融機関窓口等】

御所市役所 (出納室・収税課・保険課)、
南都銀行、りそな銀行、関西みらい銀行、
大和信用金庫、奈良中央信用金庫、
近畿労働金庫、奈良県農業協同組合、
近畿2府4県のゆうちょ銀行・郵便局

* 病気・失業など、やむを得ない事情により納期内の納付が困難な場合は、上記の窓口へお越しください。資力や生活状況をふまえた分割納付などの相談を、随時行っています。

市民の善意

ありがとうございました。(敬称略)

〈新型コロナウイルス感染症拡大防止のために〉

○第一生命保険株式会社奈良支社
 ハンドジェル(500ml) 528本
 ※市立小・中学校に配布します。



▼ならじョブカフェセミナー

◆対象 就職活動中の学生、おおよね35歳未満の求職者(40歳代前半までの不安定就労者を含む)

◆セミナーと日程

①Web面接対策セミナー

▽日時 9月7日(水) 14時～16時

〈ウエブ開催〉

②仕事も人間関係もスムーズに！

対人スキル実践トレーニング

▽日時 9月15日(木)

13時30分～16時30分

▽場所 高田しごとiセンター

〔奈良県産業会館内〕

◆定員 ①先着4人 ②先着10人
 (大和高田市幸町2の33)

◆申込方法

①9月5日(月)16時までにウェブから。

②9月14日(水)までに、電話かファックスで、セミナー名、開催日、氏名、居住地の市町村名、電話番号、年齢、性別を左記へ。またはウェブから。

◆申し込み・問い合わせ

参加無料

ならじョブカフェ

☎0742・23・5730

☎0742・23・5757

🌐www.pref.nara.jp/item/63392.htm



▼大淀養護学校

御所市・葛城市

タウンミーティング

◆対象 大淀養護学校の保護者、小中学校の特別支援学級在籍児童生徒の保護者、特別支援学級担当教員、行政の障害者福祉担当者、その他関心がある人

◆日時 9月29日(木)

10時30分～11時30分

◆場所 葛城市福祉総合ステーション(ゆうあいステーション)

◆内容 参加者それぞれの立場から情報発信、共有等

※参加を希望する人は事前に電話で大淀養護学校へ。

◆参加連絡・問い合わせ

県立大淀養護学校(山本・山崎)

☎0747・52・7655

お知らせ

▼放送大学10月入学生募集

BS放送やインターネットなどで約300の分野を学べる通信制の大学です。

◆授業科目 心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など約300科目(1科目から選択可能)

◆出願期間 9月13日(火)まで

※詳しい資料(無料)は左記へ請求してください。

◆資料請求・問い合わせ

放送大学奈良学習センター

☎0742・20・7870

📄

📄

📄

人も、会社も、もっと元気に！

中退共済制度

◆掛金の一部を国が助成
 ◆掛金は全額非課税。手数料も不要
 ◆外部積立型なので管理が簡単
 ◆パートさんの加入もOK

詳しくはホームページへ

中退共 検索

(独)勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部
 TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

◆ 有料広告掲載の問い合わせ 企画政策課 ☎44-3167 ◆

第7回 特定生産緑地への 指定申請を受け付けます

最終受付

平成4年に指定された生産緑地について、特定生産緑地への指定申請を受け付けます。

◆受付期間
9月20日(火)～10月21日(金)

対象者には申請書等を送付しています。手続きがまだの人は、忘れずに手続きしてください。

ご注意

- 特定生産緑地への指定を希望しない土地についても手続きが必要です。
- 受付期間を過ぎると、特定生産緑地に指定できなくなります。

◆申請書等提出先・問い合わせ

まちづくり推進課〔市役所新館2階〕

☎62-3001 (内線335)

🌐 www.city.gose.nara.jp/0682.html



▼応急手当普及員講習

事業所や防災組織などで、消防機関と連携して救命講習の指導を行う応急手当普及員になるための講習を実施します。

◆日時 10月5日(水)～7日(金)

〔3日間〕 8時30分～17時30分

◆場所 奈良県広域消防組合消防本部南館2階(橿原市慈明寺町149の3)

◆受講料 無料

◆申込方法 9月8日(木)～20日(火)に下記へ受講申込書を持参ください。

※受講申込書(救命講習受講申込書(様式第1号の2))は、ホームページからダウンロードできます。

◆申し込み・問い合わせ
御所消防署(蛇穴250の1)
☎62・0119
🌐 www.naraksk119.jp/



▼不動産無料相談会

◆日時 9月17日(土) 10時～16時

◆場所 香芝市ふたかみ文化センター1(香芝市藤山1の17の17)

◆相談内容 贈与と相続、税務、売買・賃貸、土地活用など、不動産に関する諸問題

◆申し込み・問い合わせ

NPO法人 奈良県不動産コンサルティング協会
☎0743・86・4285

お知らせ



▼「法の日」週間記念

無料法律相談

◆開催日・場所

▽10月3日(月) 経済会館

▽10月5日(水) 奈良弁護士会館

▽10月5日(水) 奈良弁護士会館

▽10月5日(水) 奈良弁護士会館

◆時間 (1人30分)

9時30分～12時、13時～15時30分

◆予約方法 9月1日(木)～22日(木)に

電話で左記へ。

【受付時間】9時30分～17時

(土・日・祝を除く)

◆予約・問い合わせ

奈良弁護士会

☎0742・22・2035

知っていますか？ 建退共

建退共制度は、中小企業退職金共済法に基づく建設業界全体での退職金制度で、掛金の一部を国が助成します。事業主が労働者の働いた日数に応じて掛金となる証紙を共済手帳に貼ることによって、労働者が建設業界で働くのをやめたときに建退共から退職金が支払われます。(事業主が変わっても通算されます。)

- ▷加入できる事業主 建設業者
- ▷対象となる労働者 建設現場で働く人
- ▷掛金 日額320円

■問い合わせ
建退共奈良県支部
☎0742-22-3345
🌐 www.kentaikyoo.

taisuyokukin.go.jp/



▼防衛大学校学生 (一般) 募集

◆対象 18歳以上21歳未満の人(令和5年4月1日時点)

※高校卒業(見込みを含む)または高専3年次修了

◆試験日

▽一次試験(学科試験、小論文)

11月5日(土)・6日(日)

▽二次試験(口述試験、身体検査)

12月6日(火)～10日(土)のうち一日

◆試験会場(一次試験)

航空自衛隊奈良基地

(奈良市法華寺町1578)

◆応募締切日 10月26日(水)

◆応募・問い合わせ

自衛隊奈良地方協力本部

五條地域事務所(古田・上小園・山岡)

☎0747・22・3789

老人福祉センター

正しい姿勢、美しいスタイルに! 有酸素運動のボディケア教室



日常の姿勢を正しく美しく保ち、いつまでも若々しく動ける体をつくりましょう!

参加無料

※お風呂等をご利用になる場合は、使用料100円が必要です。

- ◻期日 **9月15日(木)** … 「骨盤調整」運動
- 9月29日(木)** … 「肩こり解消」運動
- ◻時間 10時～11時30分 (受付:9時30分～)
- ◻場所 **老人福祉センター** (櫛羅1281)

- ◆対象 市内に住所がある60歳以上で、2日間とも参加できる人
- ◆講師 奥 智子さん (ウォーキングインストラクター)
- ◆持ち物 タオル、飲み物、マスク (動きやすい服装で)
- ◆定員 20人 (応募者多数の場合は抽選)



- ◆申込方法 9月9日(金)までに、電話で老人福祉センターへ。
- ◆申し込み・問い合わせ 老人福祉センター ☎62-2441 《受付:9時～16時 (月)は休館》 ☆土・日曜日にも受付します。



◻配信期間
9月1日(木)～30日(金)



7月9日(出)に、人権センターで開催しました、第49回御所市「差別をなくす市民集會」の内容をYouTubeで動画配信します。

今回の記念講演では、かつて声優“麻上洋子”として数々の人気アニメに出演された講談師の一龍齋春水さんが、長年にわたる実母の介護体験談や、講談「火垂るの墓」を披露しました。この機会にぜひご覧ください。

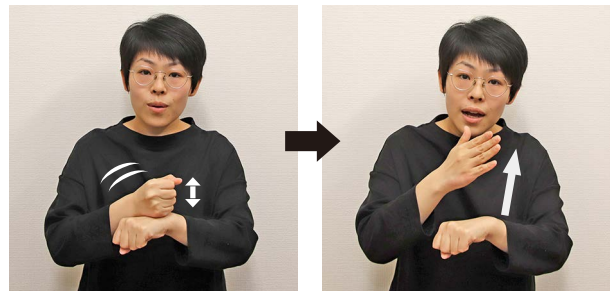
◆視聴方法 右のQRコードを読み取ってください。(通信料がかかります)



◆問い合わせ 人権施策課 ☎65-2210

【手話ミニ講座】『おつかれさま』

Vol.6



- ① 左手の甲を上にして握り、右手こぶしの小指側で左手首を軽く2回たたく
- ② 右手を立て、顔の前で斜めに構えて少し前に出し、同時に頭を下げる

☆肩をたたいて労をねぎらう様子を表す動作とも言われています。

ポイント▶ 手話と一緒にねぎらいの気持ちを込めた表情も加えましょう。

〈手話・写真協力〉

御所市手話サークル「むつの会」会員 後藤有香さん
〈手話指導〉御所市聴力障害者部会

◆問い合わせ 福祉課 ☎44-3491 ☎62-3022

お知らせ

第15回

やまとたけるのみこと

日本武尊・白鳥伝説

三市交流 バスツアー

参加者募集



北海道関宿街道まつり
(写真提供：亀山市)

御所市と三重県亀山市、大阪府羽曳野市は、日本書紀に由来する『日本武尊・白鳥伝説ゆかりの地、御陵のあるまち』の縁から、平成10年に都市間交流の合意書を交わしました。

以来、この三市の間で、歴史・文化を契機とした友好を培い、夢育むまちづくりを目指して幅広い分野で交流を深めるため、亀山市→御所市→羽曳野市の順で交流事業を開催しています。

今回は亀山市での開催となります。市民のみなさんご参加をお待ちしています。

お知らせ

📅 日時 **11月6日(日)** 〈雨天決行〉

集合：6時40分 解散：17時(予定)

集合・解散場所：御所市役所

参加
無料

◆ 主な内容 〈雨天時は一部変更〉

- 開会式
 - 能褒野神社見学
 - 関宿ウォークラリー（街道まつり観覧）
- ☆ 昼食弁当、参加記念品あり！

◆ 対象 市内に住所がある小学4年生以上の人
※中学生以下は保護者同伴が必要

◆ 定員 20人（申込者多数の場合は抽選を行い、結果を通知します。）

◆ 申込方法（次のいずれか）

▷ 往復はがき（1枚で2人まで申込可）

往信裏面に「三市交流事業参加希望」と明記のうえ、申込者全員の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号（当日連絡可能なもの）を書き、返信宛名面に申込代表者の住所、氏名を書いて、下記へ郵送。

〒639-2298 御所市1の3

御所市地域活性推進室「三市交流」係

▷ [市ホームページから申し込み](#) ▶▶▶▶▶

入力フォームに必要事項を入力し送信。



◆ 申込締切日 **9月30日(金)**（消印有効）



能褒野神社（写真提供：亀山市）

※約4時間のバス移動、約2時間の徒歩移動があります。体調等を考慮のうえ、お申し込みください。

■ 問い合わせ 地域活性推進室 ☎44-3641

常設

御所市文化財展示室

を開設します！

9月5日(月)
オープン

観覧
無料



これまで市内には、御所の歴史や文化を「見たい」「知りたい」と思ったときに見学できる常設の展示施設がありませんでした。

そこで、市内の遺跡から出土した土器などの資料を展示し見学できる常設の『御所市文化財展示室』を開設することとなりました。

小さな展示室ですが、縄文時代～古墳時代を中心とした一級の資料を展示しますので、ぜひ御所の悠久の歴史を感じにお越しください。



- ◆開室時間 9時～17時
- ◆休室日 土・日曜日、祝休日、12月29日～1月3日

▷企画展を11～12月に開催予定。詳しくは後日お知らせします。

※企画展の開催期間は、常設展示を見学できません。



◆問い合わせ 文化財課 ☎60-1608
□ www.city.gose.nara.jp/3498.html



◆所在地 室102 御所市文化財事務所 西隣

まちの フォト★ニュース

御所ラグビーフェスティバル2022 強豪校たちの熱戦

「御所ラグビーフェスティバル2022」(主催：県立御所実業高校ラグビー部)が7月21日～27日に開催され、全国39の高校ラグビー強豪校が御所市に集いました。

スクラムで激しくぶつかり合います



円陣を組み士気を高める御所実ラグビー部



この2年、コロナ禍のため規模縮小を余儀なくされましたが、3年ぶりに全国の強豪校が勢ぞろいしました。市民運動公園と御所実業高校グラウンドでは連日、早朝から夜間まで1試合20分の対戦が次々に行われ、交流を深めつつ、猛暑に負けない熱い戦いが繰り広げられました。



公式LINE

