

広報 ぞせ

2018

御 所

2

No.927

Gose city Nara

厳冬の金剛山

凍てついて透き通るような大気、
神々しく雪化粧した森の樹々。
サクサクと雪を踏み締める感触に心躍る。

おど

誇夢

成人式

1月8日、平成30年成人式が挙行され、市内で274人の新成人が誕生しました。華やかな晴れ着や凛々しいスーツに身を包んだ彼らの姿を見ていると、若々しさの中にも頼もしさをおぼえます。

お祝いの挨拶のなかで、新聞の記事を引用しながら「一人ひとりが大志、野心、夢を抱き、失敗を糧にして、誇りと感謝の気持ちを持って進んでください」と伝えました。

今年、御所市は市制施行60周年を迎えますが、100周年をめざし、当事者としてこれからの御所市を支えていくのは間違いなく彼らです。「御所市の未来は自分たちにかかっている」そういう自覚を胸に、これから出会うさまざまな物事を、しっかりと見据えていってほしいと願っています。

(14ページに記事を掲載)



御所市長

東川 裕
ひがしがわ ゆたか



◆ ◆ ◆ ◆ ◆
年始から新春の集いや賀詞交歓会等が続き、年頭のご挨拶をさせていただきました機会が多くありました。

やはり「市制施行60周年」の話題になります。お話しするたびに、御所市をスタートさせた先人たちに思いが巡ります。

■問い合わせ 秘書課
☎62-3001 (内線205)

□ <http://gose.seesaa.net/>

当時の社会情勢は今とは大きく違います。市民も市役所職員も「素晴らしい御所市を自分たちの手で築き上げよう」という熱い思いに満ちあふれていたことと思います。
初代市長である故岸本清隆氏もそうであったに違いありません。私は今、当時の岸本市長の心意気に学び、御所市をスタートさせた市長としての熱い思いを引き継ぎながら、市民のみなさんとともに御所市の「還暦」を迎え、次の御所市へ向かう新たな一歩を踏み出していききたいと思っています。

(市長ブログから抜粋・一部改変、
加筆等により構成)



市の動向

【平成29年12月31日現在】

市の人口 26490人(-25人)
男性 12401人(-14人)
女性 14089人(-11人)
世帯数 12073戸(-2戸)
* () 内は前月比

28	20 27	19	18	16 18	14 15	8 13	7	6	3 5	3	2
御所にこの人あり	お知らせ	子育て支援センターほか	ひろば	くらし	まちのフォトニュース	けんこう	図書館へようこそ!	中央公民館・文化交流センター 合同発表会	平成30年度市県民税申告 平成29年分確定申告	議長就任のご挨拶	誇夢

◆ 今月の紙面 ◆

議長就任のご挨拶

御所市議会
議長 南 満

市民のみなさまには、日ごろから市議会に
対しまして、温かいご理解と格別なるご協力
をいただき、厚くお礼申しあげます。

平成29年12月定例会におきまして、議長に
就任いたしました。誠に身に余る光栄であり、
その責任の重さを痛感しております。

現在、本市は、厳しい財政状況の中、多く
の課題を抱えながら、地域の特性を生かした
魅力あるまちづくりを行うことが求められて
います。こうした状況の中、行財政改革の推
進に伴う財源の確保、教育環境の充実、福祉
施策や防災対策など、取り組むべき課題が山
積しております。

市議会といたしましても、二元代表制の一
翼として、議会の権能を十分に発揮すると
もに、市民のみなさまの思いをしつかりと受
け止めて、全議員が一丸となり、さまざまな
課題に積極的に取り組んでまいります。また、
より開かれた市議会の実現に向け、努めてま
いります。

市民のみなさまには、今後とも、市議会に
対しまして、より一層のご支援を賜りますよ
うお願い申しあげ、就任のご挨拶とさせてい
たします。

平成30年度 市県民税申告

■問い合わせ 税務課 ☎内線546

●市県民税の申告が必要な人

次のいずれかに該当する人は、市県民税の申告
が必要です。ただし、税務署に「所得税及び復興
特別所得税の確定申告」をする人は、市県民税の
申告は不要です。

- ①平成29年中に営業等、農業、不動産、雑所得
などがあったが、税務署に確定申告をしなくて
もよい人。(平成29年中の合計所得の額が、所
得控除の合計より少ない人など)
- ②サラリーマンの人で、給与支払報告書が勤務先
から御所市(税務課)へ提出されていない場合。
また、給与所得および退職所得以外の所得の合
計額が、20万円以下の人。

※2月初旬に市役所税務課から、「市県民税
申告書」と「申告書の書き方」を送付します。
上記の①または②に該当する人で、申告書が送
られてこない場合は、税務課市民税係へご連絡
ください。

●申告に必要なもの

- *申告書、印鑑(認印)
- *本人確認を行うときに使用する書類
〈例1〉個人番号カード(番号確認と本人確認)
〈例2〉通知カード(番号確認)
+運転免許証(本人確認)
- *源泉徴収票(給与所得者)または勤務先が発行する
給与支払報告書等
- *営業、農業、不動産所得等のある人は、収入や必要
経費を整理した帳簿等
- *生命保険、介護医療保険、個人年金保険、地震保険
等の保険料控除証明書
- *国民年金保険料は保険料支払証明書か領収証書、国
民健康保険税・介護保険料は領収証書など支払金額
を確認できるもの
- *医療費控除の適用を受けようとする人は、医療費控
除の明細書またはセルフメディケーション税制の明
細書等

例年、受付期間の終盤になると大変混雑しますので、なるべく早めに申告を済ませてください。

申告書は、同封の返信用封筒で返送し、提出することもできます。

書き方がわからない場合は、税務課市民税係へ気軽にお尋ねください。

(注) 市県民税の申告がなければ、市県民税の課税だけでなく、国民健康保険税や介護保険料、医療費負担等において、所得状況を反映した適正な計算や判定ができません。忘れずに申告してください。
病気その他の事由で所得がなかった人も、申告をしてください。

■ 市県民税申告の受付期間 **2月16日(金)～3月15日(木)** (土・日を除く) ■

平成29年分 所得税 及び 復興特別所得税 の 確定申告

《葛城税務署の確定申告書作成会場》

◆開設期間 2月16日(金)～3月15日(木) (土(日)を除く) ※2月15日以前は開設していません。

▷閉庁日の2月18日(日)・25日(日)は、奈良税務署(奈良市登大路町81 奈良合同庁舎)で実施します。

◆受付時間 16時まで(混雑の状況により、早めに受付を終了する場合があります。)

※駐車場に限りがあります。電車・バスなど公共交通機関をご利用ください。

《税務署以外の確定申告書作成会場》

※各会場への電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

*土地・建物・株式等の譲渡所得、贈与税、相続税等の相談は行いません。

開設期間	受付時間	場 所	所 在 地
2月5日(月)～9日(金)	9時30分～12時 13時～16時	橿原市商工経済会館 7階 大ホール	橿原市久米町652の2 (近鉄橿原神宮前駅東口から徒歩1分)
2月5日(月)～9日(金)		上牧町保健福祉センター 「2000年会館」 2階 多目的室	上牧町上牧3245の1 (JR王寺駅から奈良交通バス15分、 上牧町文化センター下車、東へ徒歩3分)
3月1日(木)・2日(金)		五條市市民会館 3階 会議室	五條市本町3の1の13 (JR五条駅から西へ徒歩15分)

◆必要な物
・前年分の申告書の控え
・利用者識別番号等の通知
(お持ちの人のみ)

※混雑の状況により、早めに受付を終了する場合があります。

※駐車場に限りがあります。電車・バスなど公共交通機関をご利用ください。

◎マイナンバーの記載が必要です

平成28年分以降の申告書には、「マイナンバー(個人番号)」の記載が必要です。

※申告者本人、控除対象配偶者、扶養親族、事業専従者など、それぞれの個人番号の記載が必要です。

申告書提出の際は、申告者本人の本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。

【本人確認書類の例】

《例1》個人番号カード
《例2》通知カード + { 運転免許証
医療保険の被保険者証など

◎ホームページからも申告できます

国税庁ホームページの

『確定申告書等作成コー

作成コーナー

検索

ナー』で作成した申告書は、「e-Tax(電子申告)」を利用して提出できます。また、申告書を印刷して郵送等でも提出できます。

※「e-Tax」の利用には個人番号カードとICカードリーダライタが必要です。

※住民基本台帳カードの電子証明書(有効期限内)は、個人番号カード交付前なら「e-Tax」で利用できます。

セルフメディケーション税制が創設されました

自分自身で適切な健康管理を行うことで医療用医薬品からの代替を進める観点から、①特定健診、②予防接種、③定期健診、④健康診査、⑤がん検診のいずれかを受けている人が、平成29年1月1日～平成33年12月31日の間に、自己または自己と生計を一にする配偶者その他の親族のために、スイッチOTC医薬品の購入費用を支払った場合、その各年の合計額のうち12,000円を超える額[上限88,000円]が所得控除(医療費控除)される制度です。

※セルフメディケーション税制による控除は、従来の医療費控除と重複適用できず、どちらか一方の選択適用となります。(いったん選択した控除は、更正の請求や修正申告において変更できません。)

医療費控除の添付書類が変わりました

平成29年分の確定申告から「領収書」の提出の代わりに「医療費控除の明細書」の添付が必要となりました。

※平成31年分の確定申告までは「領収書」の添付または提示でも控除を受けられます。

※「領収書」は5年間保管してください。(税務署から提示または提出を求められることがあります。)

平成29年分
申告および
納税の期限

税 目	申告と納税の期限	振替納付日
所得税及び復興特別所得税	3月15日(木)	4月20日(金)
贈与税	3月15日(木)	4月25日(水)
消費税及び地方消費税	4月2日(月)	

御所市役所 税務課窓口における

お知らせとお願い

所得税及び復興特別所得税 確定申告の収受事務

所得税及び復興特別所得税の確定申告期間中〈2月16日(金)～3月15日(木)。ただし、(土)(日)を除く。〉は、税務署ほか各地の申告会場等で申告書の作成指導および受付を行います(4ページ)、市役所税務課窓口においても、簡易な申告書の作成指導および収受事務のみを行います。

期間中は大変混雑し、待ち時間が長くなることが予想されます。できるだけスムーズに申告していただけるよう、下記の(1)(2)について、みなさんのご協力をお願いします。

＊ ＊ 市県民税の申告は、今までどおり市役所税務課窓口でお受けします。(3ページ) ＊ ＊

(1) 青色申告、土地建物・株式等の譲渡を伴う確定申告等は『税務署』でお願いします。

これらの申告の多くは、極めて専門的な知識が必要であり、市職員では対応困難となるケースが多いため、税務署で行っていただきますよう、ご理解とご協力をお願いします。

★上記の申告以外の申告内容(年末調整未済、公的年金所得など)および作成済みの確定申告書は市役所税務課窓口でお受けします。

(2) ご来庁の前に、領収書等の事前整理をお願いします。

医療費控除の明細書、営業所得における経費等の整理・計算については、ご自身で済ませてからご来庁ください。自書申告、事前整理についてご協力をお願いします。

★医療費控除は、支払った医療費が還付(返金)されるものではありませんので、ご注意ください。

事業主の
みなさんへ

“給与支払報告書”の提出はお済みですか？

平成29年中に従業員等(パート・アルバイト等を含む)に給与を支払った場合、給与支払報告書の提出が必要です。提出がお済みでない場合は、早急に該当する市町村へご提出ください。



詳しくは、税務署から配布されている「給与支払報告書等の作成及び提出についての手引書」をご覧ください。

2月の納税等

《納期限・口座振替日》

2月28日(水)

★忘れずに納付してください★

国民健康保険税(普通徴収分) 第8期

担当窓口 収税課 ☎内線548

介護保険料(普通徴収分) 第8期

後期高齢者医療保険料(普通徴収分) 第8期

担当窓口 保険課 ☎内線252

☆納期内であれば、便利なコンビニでも納付できます。

☆口座振替納付にすると、納め忘れがなくなり大変便利です。

手続きは市内金融機関または上記担当窓口で受付しています。

＊ 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、上記の担当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受け付けています。

第44回 中央公民館 合同発表会

第3回 文化交流センター

3/4

舞台発表

■日時 3月4日(日)
9時25分～15時25分 (予定)

■場所 御所市文化ホール
[アザレアホール] (御所市13)

【プログラム (出場順)】

- 9:25 オープニング「御所太鼓^{かがやき} 耀」
- 9:35 開会行事
- 9:45 和太鼓教室・耀^{いぶき}Jr・聖希
- 10:10 琴クラブ
- 10:20 手話サークル「むつの会」
- 10:30 子どもジャズダンス教室
- 10:40 ストレッチ・ジャズダンスクラブ
- 10:50 おどりクラブ
- 11:00 日舞サークル
- 11:20 3Bすこやかクラブ
- 11:30 グレースフリー・フラ
- 11:40 日本舞踊クラブ
- 11:50 御所太極拳クラブ
- 12:00 日本語教室・国際フレンドの会
- 12:40 大正琴教室「きらり」
- 12:50 大正琴「フラワー」
- 13:00 大正琴クラブ「花みずき」
- 13:10 大正琴クラブ「すずらん」
- 13:30 御所民謡クラブ
- 13:40 ラフターヨガ フラワー
- 13:50 着付教室・着付クラブ
- 14:10 御所民謡クラブ
- 14:20 韓国太鼓 ケミの会
- 14:50 御所市民混声合唱団
- 15:00 地婦連コーラス「うたごえサロン」
- 15:10 女声コーラス シエナ
- 15:20 閉会行事

出場時刻は目安であり、発表内容により多少前後する場合があります。
あらかじめご承知ください。

**みなさんのご来場を
心よりお待ちしております！**

お知らせ

発表会開催のため、3月6日(火)午後～12日(月)の間、中央公民館は全館利用できません。
なお、勉強室は、3月7日(水)～12日(月)の間、文化交流センター(小林330)で開設しますので、ご利用ください。

3/10

3/11

作品展示・催し物・模擬店

■日時 3月10日(土) 9時～17時
3月11日(日) 9時～16時
■場所 中央公民館 (元町382の1)

内容は変更になる場合があります。

【作品展示】

〈出展教室〉(50音順)

絵てがみ、お菓子作り、男の料理、ガーデニング、書道、手編、陶芸、日本画、洋画、料理

〈出展クラブ〉(50音順)

アートフラワークラブ、絵手紙クラブ、葛城台クラブ、御所金剛俳句クラブ、御所川柳クラブ、御所ふるさとクラブ、サークルうめちゃん、写真クラブ、手芸クラブ、書道クラブ、スポーツ吹き矢「御所クラブ」、土の会、手編みクラブ、陶研クラブ、陶遊クラブ、日本画クラブ、俳画クラブ、パッチワーククラブ、フォト葛城、御幸工房、御楽窯クラブ、友禅クラブ、洋画クラブ、リフォームサークル

【催し物】●10日(土)

★お茶席 (11時～15時)《茶道教室・茶道クラブ》
*お茶席券〈お菓子付〉(1枚300円)

★歌声喫茶 (13時～17時)
《御所市民混声合唱団 歌声喫茶『歌楽』》
*チケット〈お茶付〉(1枚100円)

【体験】●11日(日) *参加無料、出入り自由

★ヨガ (10時～12時、13時～15時)
《ヨガ教室・ヨガクラブ》

★スポーツ吹き矢 (10時～15時)《御所クラブ》

【模擬店】●10日(土)

《韓国太鼓 ケミの会》(9時～17時)
*チヂミ・おにぎり・コーン茶セット (300円)

《御所おはなしの会》(9時～15時)
*パウンドケーキ (1本 500円)
*本“ごせのむかしむかし” その1 (1000円)
*本“ごせのむかしむかし” その2 (700円)

●両日 (10日(土)・11日(日))

《御楽窯クラブ》
(10日:9時～16時30分、11日:9時～15時30分)
*陶芸作品全般 (50円～1000円)

《手編教室・手芸クラブ》
(10日・11日:ともに9時30分～16時)
*ニット小物 (ポーチ、犬のぬいぐるみなど)

《アートフラワークラブ・友禅クラブ》
(10日:9時～17時、11日:9時～16時)
*花の小物等 (1000円程度)

■中央公民館 ☎62-1681 ■文化交流センター ☎43-7177

図書館へ ようこそ!

☎…電話、F…ファックス、E…Eメール、U…URL 図書館は☎65-2580

2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			

■は休館日 □は整理日(休館)

■は蔵書点検(休館)

【開館時間】 9時～17時

心ときめく本
でもいかが?



つーちゃん

【蔵書点検による長期休館】 2月1日(木)～7日(水)

休館中の返却本はブックポストに入れてください。

2月のイベント

♪児童書コーナーにて♪

- おはなしをたのしむ会
10日・24日(土) 10時30分～
- 絵本をたのしむ会
16日(金) 10時30分～

ブックリサイクル

- ◆日時 2月18日(日) 9時～
(なくなりしだい終了)
- ◆場所 市立図書館入口

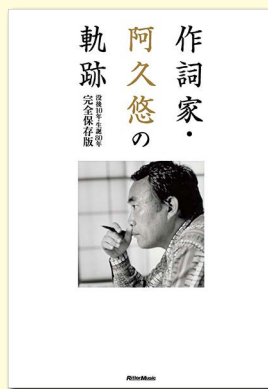
新着図書と今月のおすすめ

一般書(中高生も含む)

書名	著者・出版社
人生、余裕で生きる極意	武田 双雲/著 三笠書房
幕末雄藩列伝	伊東 潤/著 KADOKAWA
地方に生きる若者たち	石井 まこと ほか/編 旬報社
鳥さんぽをはじめよう	鳥くん(永井 真人)/著 主婦の友社
スポーツ吹矢の世界へ、ようこそ!	中村 一磨/著 ぶんぶん書房
おしゃれターバンとヘアバンド 50	寺西 恵里子/著 主婦と生活社
トコトンやさしい小売・流通の本	鈴木 邦成/著 日刊工業新聞社
ちぎり絵の絵手紙12ヶ月	大森 節子/著 日貿出版社
とても良い人生のために	J.K.ローリング/著 静山社

◆一般書◆

『作詞家・阿久悠の軌跡』



濱口 英樹/監修
リットーミュージック

時代をとらえ続けた歌謡界の巨人・阿久悠の軌跡が見える音楽ファン必携のデータブック。希代のヒットメーカーが残した作品の情報を可能な限り収録するほか、シングル盤のジャケット約1300点も掲載。

- ▶このほかにも新しい図書があります。
- ▶図書館のホームページで、蔵書の検索や貸出中の本の予約もできます。

児童書

書名	著者・出版社
超ビジュアル! 三国志人物大事典	渡辺 精一/監修 西東社
スギの絵本	正木 隆/編 農山漁村文化協会
数え方のえほん	高野 紀子/作 あすなろ書房
シランカッタの町で	さえぐさ ひろこ/作 フレーベル館
もののけ屋 四階フロアは妖怪だらけ	廣嶋 玲子/作 静山社
命の水 チェコの民話集	カレル・ヤロミール・エルベン/編 西村書店
おじいちゃん	梅田 俊作/作・絵 ポプラ社
がちょうのたんじょうび	新美 南吉/作 金の星社
よるだけパンダ	大塚 健太/さく 小学館

◆児童書◆

『世界の民族衣装』



竹永 絵里/画
河出書房新社

ししゅう 刺繍、ビーズ、レース…。きれいに着飾った姿には、民族の文化や思いが反映されています。45か国の民族衣装を、親しみやすいイラストでわかりやすく紹介。

じんぞう
腎臓の機能が低下した状態が続く慢性腎臓病(CKD)は、日本では成人の8人に1人が患っていると言われ、私たちの健康を脅かす新たな国民病として注意が必要です。

【御所市のCKD対象者の選定基準値】

〔(1)か(2)のいずれかに該当〕

- (1)eGFR(血液検査)
…49.9ml/分/1.73m以下
(2)尿たんぱく(尿検査) … ++以上

●御所市の特定健診の有所見者に係る慢性腎臓病(CKD)対象者の推移

☆毎年増減を繰り返していますが、増加傾向にあります。

性別	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度
男性	57人 (6.6%)	82人 (8.4%)	66人 (6.9%)	51人 (5.0%)	82人 (8.1%)
女性	25人 (2.1%)	40人 (3.1%)	31人 (2.6%)	49人 (3.9%)	46人 (3.4%)
全体	82人 (4.0%)	122人 (5.4%)	97人 (4.5%)	100人 (4.4%)	128人 (5.4%)

※ () 内は特定健診受診者に対するCKD対象者の割合



★老廃物を身体から追い出す★

血液を通して身体に溜まった老廃物や塩分を尿に変えて体外に排出する。

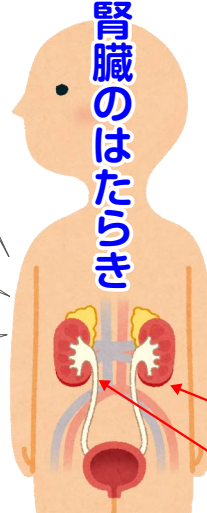
★血液をつくる★

腎臓が分泌するホルモンの刺激によって血液が作られる。このホルモン分泌が不調になると貧血を起すことがある。

★強い骨をつくる★

カルシウムを吸収するのに必要な活性型ビタミンDをつくる。この機能が低下すると上手にカルシウムが吸収できず、骨が弱くなる。

腎臓のはたらき



★血圧をコントロールする★

塩分と水分を調整したり、血圧を維持するホルモンを分泌したりして、血圧を上げたり下げたりします。

★体液量やイオンバランスを調整する★

体内の体液量やイオンバランスを調整したり、ミネラルを取り込む。この機能が低下すると体液量を調整できず、おくら、疲れやめまいなどにもつながる。

腎臓は握りこぶしくらいの大きさの臓器で、腰のあたりに左右1つずつあります。

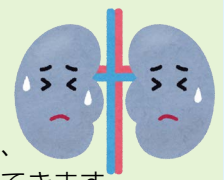
けんこう

1 CKDの初期症状

初期の頃は自覚症状がほとんどありません。しかし、腎臓の機能は一定のレベルまで悪化すると、元に戻ることはありません。悪い検査数値のまま放っておくと、透析療法や腎臓移植が必要となる場合があります。

2 CKDが進行すると

夜中に何度もトイレに行きたくなくなり、体のむくみ、貧血、倦怠感、息切れなど、身体にさまざまな不調が出てきます。



3 さらにCKDが進行すると

■腎不全の発症

腎臓が十分に機能しなくなった状態で、食事や水分などを制限する必要があります。

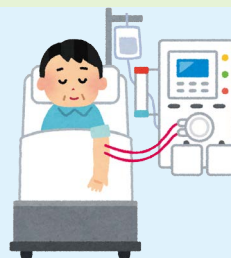
■透析療法

腎臓の代わりに、体内に溜まった老廃物などを人工的に取り除き、体内のバランスを調整します。血液透析、腹膜透析の2つの方法があります。



血液透析

週に2～3回、体外に血液を取り出し、血液中の老廃物や水分を取り除いた後、再び体内に戻します。1回あたり4～5時間かかります。



腹膜透析

1日に約4回、おなかの中に約2リットルの透析液を入れ、腹膜を使って体内の老廃物や水分を取り除きます。1回あたり約30分かかります。自宅や職場でも行うことができます。



透析療法は一生続けなければなりません。また、生活が制限されるだけでなく、高額な医療費が必要となります。

「広報御所」3月号では、②「CDKを予防するポイント!」について紹介します。

御所市国保の特定健診を受診した人へ

かも〜ン君補助金

1000円キャッシュバック!

申請はお済みですか?



★申請は2月28日(水)まで。お忘れなく!

◆対象 30～74歳の御所市国保被保険者で、下記の①または②に該当し、国民健康保険税を完納している世帯の人（特定健診の受診日時時点）

「御所市国保の特定健診」または
「御所市国保の人間ドック」を

①平成25年度以降初めて受診した

②2年続けて（平成28年度・29年度）受診した

◆申請方法 保険課へ申請書を提出してください。

*申請書は特定健診受診券と一緒に送付しています。
紛失した人は、振込先の口座番号がわかるものと印鑑（認印）を持って保険課へお越しください。

◎補助金の交付時期 申請からおおむね3か月後に
指定の口座に振り込みます。

御所市国保特定健診・御所市国保人間ドックは
平成29年12月31日で終了しました。

御所市国保被保険者で、
職場の健診や個人で
人間ドックを受けた人へ

健診結果(☆)を
ご報告（提出）ください!

☆平成29年4月1日～平成30年3月31日の期間に
受診した健診結果です。

***「かもきみの湯」
入浴券プレゼント***

◆条件（次の3つをすべて満たす人）

- ①40～74歳の御所市国保被保険者 ②職場の健診や個人で御所市国保以外の人間ドックを受診
③健診結果に一定の《検査項目》が含まれている
※対象となる検査項目は「広報御所」1月号をご覧ください。

◆手続き方法

保険課へ健診結果を提出してください。「かもきみの湯」入浴券、健診結果説明会や保健事業の案内、健康づくりに役立つ資料などをお送りします。

注 御所市国保特定健診または
御所市国保人間ドックを受けた人は
対象外です。

■問い合わせ 保険課〔市役所 新館1階〕☎内線259

お医者さんからの
メッセージ

鼠径ヘルニア

鼠径ヘルニアは、足の付け根あたりに突然できるしこりによって違和感や痛みが生じる病気です。発症年齢は幼少期と中年以降の大きく2つに分かれます。

幼少時に発見されるものは生まれつきの原因によるものですが、成人で発症するものは、おなかを覆っている筋肉の衰えや、大きな腹圧により、筋肉の間に隙間ができることが主な原因です。

足の付け根あたりにできるしこりの正体は、本来おなかの中にあるはずの脂肪を含んだ腹膜で、腹圧が強くなった際に狭い隙間を通して皮膚の下に出てくるものです。ときには腸も一緒に出ることがあります。狭い隙間から元に戻らずに締め付けられると、激しい痛みが生じて腸閉塞となり、命にかかわる危険な状態になります。

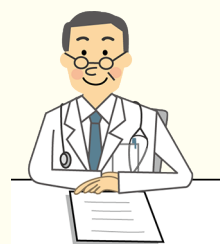
態になることもありますので、早めに治療をすることをお勧めします。

残念ながら自然治癒することは難しく、また薬で治せる病気でもありませんので、治療にあたっては、手術を選択することになります。一般的には数日から1週間の入院となります。

頻繁にしこりが突出してくることも自体も生活の妨げになりますので、気になる症状がある人は、気軽に医療機関にご相談ください。



奈良県医師会



2月の成人保健事業

参加無料・申込不要

事業名			実施日	実施時間	場所	内容	持ち物・注意事項
スマイルクラブ	太極拳	スマイル太極拳 (入門・初級)	5日(月) 26日(月)	13:30～15:00	いきいきライフセンター	初心者OK！スマイルクラブのメンバーと楽しく太極拳を学びましょう。運動の前後にストレッチも行います。	室内用シューズ(靴底の薄いもの)、水(お茶)、タオル 
		やってみよう!太極拳 (24式)	28日(水)	13:30～15:00		太極拳の基礎を学びましょう。初めての人もお気軽にどうぞ。	
	いきいきサロンほっと		19日(月)	13:30～15:30		理学療法士による軽体操。人気のギターコーナーもあります。	
	レッツウォーキング		4日(日) ※次回は3/4(日)	9:30～12:00		歩いて楽しく運動不足を解消!御所のいいところを再発見♪ 〈行き先〉櫛羅方面	水(お茶)、タオル ※8時の時点で雨が降っていれば中止。
ヘルスアップルーム 【利用対象:20歳以上】			月曜日 ～金曜日 ※(祝)を除く	9:00～12:00 13:00～16:00		エアロバイクがある運動ルーム。好きな時間に利用できます。 ※初回利用の人には、5日(月)の9時～10時に説明を行います。 ご連絡ください。	水(お茶)、タオル、室内用シューズ

奈良県医師会の学術部会が行う 無料健康相談（2月）

- ▶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 奈良県医師会各科部会
☎0744-22-8502

相談内容	開催日	時間	予約
眼科	13日(火)	14時～15時	予約不要
整形外科	15日(木)	14時～15時	前々日までに 予約必要
内科疾患	21日(水)	14時～15時	
精神科	23日(金)	15時～16時	

耳に関する講演会と無料相談

- ▶日時 3月8日(木) 14時～16時
- ▶場所 奈良商工会議所
(奈良市登大路町36の2)
- ▶内容
- 講演
「耳の役割～聞こえとめまいの話～」
〔講師〕奈良県立医科大学
耳鼻咽喉・頭頸部外科学講座
教授 北原 紘^{ただす}さん
- 耳鼻咽喉科専門医による無料相談
- ▶問い合わせ
奈良県医師会 耳鼻咽喉科部会
☎0744-22-8502


た
だ
す
北原 紘さん

参加無料
申込不要

女性のための健康講座

- ▶日時 3月3日(土) 14時～16時
- ▶場所 奈良商工会議所
(奈良市登大路町36の2)
- ▶内容
- 講演
「乳がん検診と治療の最前線」
〔講師〕名張市立病院 乳腺外科 医長 中村 卓^{たかし}さん
「婦人科がんの現在と未来
～子宮・卵巣のがんは予防可能！～」
〔講師〕奈良県総合医療センター 産婦人科
医長 杉浦 敦^{あつし}さん
- ▶問い合わせ
奈良県産婦人科医会 公開講座係
☎0744-22-8502


参加無料
申込不要

『いきいき百歳体操』で あなたもまちも元気に！

支えあう地域づくりをめざして

少子高齢化や核家族化が進み、一人暮らしの高齢者や高齢者夫婦のみの世帯が増えています。かつては近所付き合いも活発に行われていましたが、最近ではそうしたつながりが希薄になってきています。

御所市では、介護予防運動「いきいき百歳体操」をきっかけに、ご近所とのつながりを深め、住み慣れた地域でいつまでも元気で過ごせるまちをめざしています。まずは、「いきいき百歳体操」を体験してみませんか！



♣️**時間** 13時30分～15時（予定）

♣️**場所** いきいきライフセンター

♣️**内容**

●保健師によるお話

「これからは住民パワーの時代です！」

●「いきいき百歳体操」の体験

♣️**持ち物** タオル、水（お茶）

♣️**申し込み** 2月23日（金）までに、電話または直接健康推進課へ。

2/27
火



地域の集会所などで、ご近所さんと一緒に集まり、「いきいき百歳体操」を定期的にやってみませんか！

「通いの場」があれば、笑顔も元気も生まれます♪

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種

《今年度対象者の実施期間は3月31日（土）までです》

※この期間を過ぎると任意接種（全額自己負担）となります。

今年度の接種対象者（右表）には、平成29年4月に「お知らせ（はがき）」をお送りしています。まだ接種していない人で希望する場合は、市内医療機関（*）に予約後、接種してください。

*「平成29年度年間行事予定表」（「広報御所」4月号と同時配布）のほか、ホームページに掲載しています。

▶**対象者**（御所市に住所がある、次の①または②の人）

①右表に該当する人

②60歳以上65歳未満の人で、次のいずれかに該当する人

○心臓、腎臓^{じんぞう}または呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する人

○ヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する人

[※②の人は事前に手続きが必要です。健康推進課へお問い合わせください。]

▶**接種回数** 1回

▶**接種費用（自己負担金）** 2,500円

※費用の助成対象は、生涯1回限り。
対象者でない場合は実費です。

▶**無料になる人**

上記対象者で、平成29年度市民税非課税世帯の人または生活保護世帯の人

[※事前手続きが必要です。健康推進課へお問い合わせください。]

▶**接種時の持ち物**

●保険証 ●接種費用 ●予診票（※無料の人のみ）

●「お知らせ（はがき）」☆はがきを紛失した場合は、医療機関でその旨を申し出て、接種してください。

その他、詳しくは健康推進課へお問い合わせください。

対 象 者	
年齢	生年月日
65歳	昭和27年4月2日 ～昭和28年4月1日
70歳	昭和22年4月2日 ～昭和23年4月1日
75歳	昭和17年4月2日 ～昭和18年4月1日
80歳	昭和12年4月2日 ～昭和13年4月1日
85歳	昭和7年4月2日 ～昭和8年4月1日
90歳	昭和2年4月2日 ～昭和3年4月1日
95歳	大正11年4月2日 ～大正12年4月1日
100歳	大正6年4月2日 ～大正7年4月1日

▲過去に「23価肺炎球菌ワクチン」を接種した人は対象外。

ホームページ <http://www.city.gose.nara.jp/0000000358.html>

〈御所市子育て世代包括支援センター〉

わくわく子育てセンター

困ったときは、
ひとりで悩まず
わくわく子育てセンターへ！

「わくわく子育てセンター」は、妊婦さんや子育て中のみなさんに
寄り添い、さまざまなサポートを行うところです。

助産師や保健師が、妊娠・出産・子育ての不安や悩みにお答えします。

電話相談はもちろん、訪問や個別相談も行いますので、気軽にお電話ください！



わくわく子育てセンター
イメージキャラクター
わくわくマ

初めての妊娠。調べて
みるという情報が
あって、わからない…。



子どもの発育のこと、
おっぱい、これからの
子育て…あれもこれも
気になっちゃう…。



子育てのさまざまな疑問を解消し、楽しみながら
子育てできるよう、みなさんをサポートします！

● わくわく子育てセンター

（御所市子育て世代包括支援センター）

☎62-8060

♣受付時間 8時30分～17時15分

（祝休日・年末年始を除く月～金曜日）

♣場所 健康推進課（いいききライフセンター内）



2月の子育て相談・予防接種

事業名	対象	実施日	受付時間	場所	持ち物・内容
乳児相談	7か月児・10か月児	8日(木)	9:30 ～10:30	い き い き ラ イ フ セ ン タ ー	【持ち物】 母子手帳、筆記用具、 バスタオルなど (※その他、お子さんに必要なもの)
*10か月乳児相談、4か月児・1歳6か月児健診は個人通知します。					
BCG	3か月～ 12か月未満児	13日(火) (2か月に1回)	13:50 ～14:20	い き い き ラ イ フ セ ン タ ー	☆予約不要・個人通知なし(集団予防接種) お子さんの健康状態がよくわかる保護者が 一緒にお越しください。
4種混合	3か月～ 7歳6か月未満児	14日(水)			【持ち物】母子手帳(※忘れると接種できません。) 予防接種予診票(※予防接種手帳から切り離し、 あらかじめ記入しておいてください。)

【子育てサロン】

事前申込不要

お子さんの遊べるスペースを開放しています。おもちゃもありますよ！

☆対象 市内在住の子どもと保護者 ☆利用時間 10時～16時

子育てサロンで
いっぱい遊んで
気分転換しよう！



実施日	同日開催のイベント	内 容
9日(金)	にがえコーナー (10:00～12:00)	先着4組程度 (1組30分程度・1人につき100円) (協力：梅田佐江子さん)
16日(金)	イベントはありませんが、子育てサロンは開いています。	
26日(月)	おはなし会 (10:10～10:40)	絵本の読み聞かせ・手あそび (協力：御所おはなしの会)



2/26

10時～14時

Hello ベビー教室（母親教室）

おなかの赤ちゃん和妈妈が心身ともに健やかに過ごせるよう、助産師や歯科衛生士、保健師がサポートします！
食生活改善推進員さんがつくる妊婦さん向けのランチつき♪
ママ同士で楽しいおしゃべりの時間も。ぜひご参加ください。



ママ同士でいろいろな話をしませんか。おなかの赤ちゃんのこと、ゆっくり感じる時間を過ごしましょう♪

参加特典！

赤ちゃんの似顔絵
プレゼント♡

出産後、とっておきの写真を1枚お貸しください。
後日お返しします。

- ♣対象 市内に住所がある妊婦さん
 - ♣場所 いきいきライフセンター
 - ♣内容
 - 助産師による妊娠・出産のお話
 - 妊婦体操やリラクゼーション
 - 妊婦さん向けバランス食の試食&交流会
 - 歯科衛生士による歯と口腔のお話&歯みがきレッスン
 - ♣持ち物 母子手帳、アンケート（事前に郵送）、手鏡
 - ♣申し込み 電話で健康推進課またはわくわく子育てセンターへ。
- ★話兒もあります！ 上のお子さんがいても安心♪
申込時に申し出てください。
- ♣申込締切日 2月16日(金)

参加無料
申込必要

ホームページ <http://www.city.gose.nara.jp/0000001076.html>

減塩ワンポイントアドバイス vol.5



野菜のうまみで減塩生活

野菜にはいろいろな栄養があり、うまみも多く含まれています。また、体内の塩分を外に出すカリウムや、塩分の吸収を抑える食物繊維が豊富なので、減塩にはぴったり！いろいろな野菜を使えば、相乗効果でさらにおいしさもアップします☆

目指せ 減塩!



☆すき焼き風トマト鍋☆



<作り方>

- ① 調味料（鍋のだし）をすべて鍋に入れる。
- ② 野菜を洗って、ほどよい大きさに切る。ごぼうはさがきにしておき、水にさらす。ミニトマトは、へたを取る。
- ③ 豚肉を一口大に切る。
- ④ 鍋を火にかけ、水菜以外の野菜を入れる。
- ⑤ 鍋が沸騰してきたら、豚肉と水菜を入れ、肉に火が通ればできあがり！

1人分
食塩 2.2g
◀だしを残せば、さらに約0.7g減塩



すき焼き風トマト鍋（4人分）

豚肉（薄切り）	300g
白菜	1/2個
しいたけ	4個
水菜	1袋
ごぼう	1/2本
ミニトマト	10個
白ネギ	1本
調味料（鍋のだし）	
酒	200cc
みりん	200cc
昆布	2枚
砂糖	大さじ1
濃口しょうゆ	大さじ3
水	400cc

《食材に含まれる うまみ成分》

●グルタミン酸…トマト、白菜、白ネギ、昆布 ●グアニル酸…干しいたけ ●イノシン酸…豚肉

晴れやかな門出を祝う 平成30年 成人式

成人の日の1月8日、市内の新成人274人（参加者199人）をお祝いする成人式が、御所小学校体育館で行われ、市長をはじめ、各方面からお祝いの言葉が贈られました。

新成人を代表し、神田優衣さんが、感謝の言葉とともに抱負や決意などを述べられ、市長と固い握手を交わしました。

式典終了後には「二十歳の祭」が行われ、抽選会では当選者が抱負を述べるなど大いに盛り上がりました。

同級生との久しぶりの再会を喜び合っていたみなさん。希望に

満ちたこの日の
気持ちを胸に、
「ふるさと御所」
を支える一員と
して、さまざま
な分野で活躍し
てくれることを
期待しています。



連合消防出初式

奈良県広域消防組合と管内市町村による平成30年連合消防出初式が、1月13日、橿原運動公園駐車場で行われました。多くの見学者が見守るなか、約740人の消防職員と消防団員が隊列を組み、徒歩および車両の分列行進が行われました。

式典では優良職員および団員に対する表彰状の授与などが行われ、最後に無火災都市の実現を誓って、10台の消防車が一斉に放水を行い、場内は大きな歓声に包まれました。



葛城小学校 「いかのおすしー人前」 ダンスで感謝状

連れ去りなどの犯罪被害から子どもたちを守るためのキーワード「**いかのおすしー人前**」。奈良県警が、「**い**かない」「**の**らない」「**お**おごえを出す」「**す**ぐにげる」「**し**らせる」「**一**人で遊ばない」「出かける**前**には、家の人にきちんと伝える」それぞれの言葉の頭文字などを組み合わせて作った啓発用語で、県内の小学校や幼稚園・保育所などで、被害防止教育の一環として広く子どもたちに伝えています。

葛城小学校では、1年生から「いかのおすしー人前」を使った安全教育を行っています。昨年の運動会では、自分の身を守ることの大切さをもっと身近に感じようと、全校児童みんなで「いかのおすしー人前」ダンスを踊りました。熱心な取り組みが評価され、高田警察署長から全校児童（79人）に対し感謝状が贈られました。

子どもたちは、「これからも自分の身を守る行動を心がけたい」「このダンスを見てくれた人にも、自分の安全を守ることの大切さが伝わったらしいです」と笑顔をみせ、署長は感謝の言葉とともに、今後も「いかのおすしー人前」を心がけてほしいと子どもたちに伝えました。



「かづらき煌ネットワーク」 総務大臣表彰を受賞

葛城古道の整備や歴史講演会開催等の活動を行っている「かづらき煌ネットワーク」(菅原正光会長)が、昨年11月、総務大臣表彰を受賞されました。

この団体は、それぞれの地域や分野で活動していた有志で平成26年に組織し、現在の会員は140人。住民が主体となり、地域のコミュニティづくりに熱心に取り組んできたことが評価されました。

市長へ受賞報告に来られた菅原会長はじめ、メンバーのみなさんは、これからも葛城地域の歴史研究を続けていきたいと意欲をみせておられました。

今後も地域の活性化のために、ますますの活躍を期待しています。



酪農ガール 2年連続の受賞



受賞した雌牛「DFC ジャーブ メイベル」と自宅の牛舎で。

昨年10月26日、「第50回奈良県乳牛共進会」(主催：奈良県酪農農業協同組合)が開催され、市内在住の高校生、辻村優さんが昨年に続き、最優秀の農林水産大臣賞を受賞されました。

牧場を経営する父の背中を見て育ち、休日などは牛舎の掃除や子牛の世話などを手伝っているという優さん。「2年連続受賞できるとは思っていなかったの、うれしい。来年もがんばりたい」と笑顔を見せました。

牧場経営は体力を要する大変な仕事ですが、近年は、農産業の分野に女性が参加することで、新たな魅力が生まれるのでは、と注目が集まっています。

「酪農ガール」の優さんがどんな夢を描き、築いていくか、今から楽しみです。

中学生の「税についての作文」で4人が受賞

将来を担う中学生が、身近に感じた税の話やテレビ・新聞で知った税の話などを題材に作文を書くことで、税について関心を持ち、正しい理解を深めることを目的として、全国納税貯蓄組合連合会と国税庁が、毎年、中学生の「税についての作文」を実施しています。



今年度は市内の中学生4人が受賞され、昨年12月5日、優秀作品の表彰式が行われました。受賞者は以下のとおりです。(敬称略)

- ◆ 奈良県納税貯蓄組合総連合会会長賞
青翔中学校3年 上山 葉月「租税教室を通して思うこと」
- ◆ 葛城納税貯蓄組合連合会会長賞
大正中学校3年 南部 乃綾「一人の人間として…」
- ◆ 御所市長賞
御所中学校3年 吉田 優月「私の知らない世界」
- ◆ 近畿税理士会葛城支部長賞
青翔中学校3年 鍵本 圭斗「税への意識改革」



金曜カフェ つどい

金曜日は、まちのあったか
コミュニティ・スペースへ

2月のイベント（毎週金曜日）

地域みなさんとお茶しながら楽しくおしゃべりしましょう♪

♣️場所 貸教室ウエダ（御所市122〈新地商店街東〉）

◆問い合わせ 高齢対策課 ☎内線453

参加無料・申込不要

日	時間	イベント内容
2	10時～11時	「歌声喫茶うたごえ」 唱歌・童謡を歌いましょう。新曲も増えています♪
	11時～12時	「似顔絵コーナー」 色紙に似顔絵を描きます。（おひとり1枚 約30分）
9	10時～14時	「Kioオレンジ喫茶（カフェ）」 《10時～11時30分》 認知症に関する講話 《13時～14時》 認知症の人やその家族の集いの場
16	10時～11時30分	「太極拳・ストレッチ教室」（公社）日本武術太極拳連盟公認A級指導員 平井 薫さん ゆったりと体を動かしリラックス。初めての人もどうぞ！
23	10時～12時	「社交ダンス（ボールルームダンス）教室」 ～かんたんなステップ覚えませんか？～ 奈良県プロダンスインストラクター協会 長村 恵次さん 初心者でも大丈夫！健康のために体を動かすことが目的です。（運動靴で参加）
	13時～14時	「おりがみ教室」 仲林 参代さん 四角い紙がいろんな形に大変身！ 歌やお話を交えながらおりがみを楽しみましょう♪

学んでみませんか？ 「認知症」「介護予防」

2/23
金

団塊世代が75歳に到達する2025年をひかえた今、身近な問題として「認知症」と「介護予防」を学んでみませんか。

◆日時 2月23日（金） 13時～16時

◆場所 中央公民館（元町382の1）

◆テーマ

●認知症サポーター養成講座

認知症を正しく知り、認知症の人や家族を見守るサポーターになるための講座です。

▷講師 鴻池荘在宅介護支援センター キャラバンメイト連絡会

●環境と介護予防

住み慣れた地域で元気に暮らせるよう地域全体で高齢者を支え、高齢者の能力や経験を生かせる介護予防を学びます。

▷講師 介護老人保健施設 訪問リハビリテーション
理学療法士 森下さん

◆問い合わせ

高齢対策課 ☎内線456

参加無料
申込不要



3/2
金

学んでみませんか？「介護保険」

介護保険制度をわかりやすく学びます。

◆日時

3月2日（金） 13時～16時

◆場所

中央公民館（元町382の1）

◆講師

高齢対策課職員および
御所市地域包括支援センター職員

◆問い合わせ

鴻池荘在宅介護支援センター ☎62・0567

参加無料
申込不要



2月の各種無料相談日程表

※祝休日は開催しません。
※変更になる場合があります。

相談名	日曜	時間	場所	問い合わせ	備考
交通事故相談	1 木	10:00～15:00	市役所本館2階 会議室5	市民課☎内線242	事前に電話連絡が必要
行政相談	13 火	13:30～16:00	市役所本館2階 会議室5		
法律相談 【予約必要※】(先着6人)	14 水	13:00～16:00	市役所新館1階 消費者相談室		※相談日の前月1日から当日までに電話か市民課窓口で予約
中南和法律相談 【予約必要※】	23 金	13:00～16:00	市立図書館2階 会議室 (アザレアホール内)	奈良弁護士会 ☎0742-22-2035	※相談日の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 【予約必要※】(先着6人)	6 火	13:30～16:30	人権センター図書室	人権施策課 ☎65-2210	※相談日の前日までに電話で予約
人権相談	15 木	13:00～16:00	人権センター図書室		
税務相談	今月は開催しません(次回は5月)			税務課☎内線547	奇数月第2木曜日(3月を除く)
消費生活相談	毎週木	10:00～16:00	市役所新館1階 消費者相談室	市民課☎内線242	御所市民、葛城市民の相互利用が可能となっています
	毎週月	10:00～16:00	葛城市役所	葛城市役所商工観光課 ☎69-3001	
心配ごと相談	毎週火	13:00～15:30	御所市社会福祉協議会	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
教育相談	月～金	9:30～16:30	御所市適応指導教室 (葛公民館内)	御所市適応指導教室 ☎67-1896	子どもの成長、いじめ、非行、不登校など、教育上の疑問や悩みごとをご相談ください

2月の自治会別し尿収集日程表

日曜	収集地区名
1 木	檜原、宮戸、西寺田、豊田
2 金	森脇、東名柄、井戸、佐田、多田、名柄
3 土	増、関屋、南郷、さくらが丘荘園、元町
5 月	三室新町、三室、幸町住宅
6 火	幸町、宮戸団地
7 水	秋津団地、鴨神上・下、東佐味
8 木	朝妻、僧堂、西佐味、伏見、高天
9 金	鳥井戸、林、船路、北窪、極楽寺、西北窪、五百家、持田、栗阪
10 土	小殿、富田、下茶屋、西垣内、南寺田、條、出走、南郷
13 火	室、池之内、今出、緑ヶ丘
14 水	蛇穴、北十三、南十三、出屋敷、柳原、今城
15 木	茅原、緑町、玉手、北方、中方
16 金	東寺田、本馬、北方

※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。
※収集当日に留守にされる場合は、隣近所の人にお願ひしておいてください。
※日程を1～2日変更する場合があります。

日曜	収集地区名
19 月	上方、原谷、今住、樋野、戸毛
20 火	戸毛、稲宿
21 水	古瀬、川合、奉膳、水泥、朝町、新田
22 木	重阪、小林
23 金	小林、櫛羅
24 土	櫛羅、東松本、葛城台団地、大広町
26 月	柳田町、東松本、末広町、新地町、宮前町、西町、西柏町、東久保町
27 火	国鉄御所駅前通り、鴨口町、西久保本町、中本町、本町、御国通り1・2・3丁目、神宮町、六軒町、柿ヶ坪町、御堂魚棚町、旭町、南中町、中央通り1・2丁目、東辻
28 水	豊年橋通り、御門町、大橋通り1・2・3丁目、東松本、栄町、寺内町、都町、代官町、柳町、竹田
3/1 木	檜原、宮戸、西寺田、豊田
3/2 金	森脇、東名柄、井戸、佐田、多田、名柄

(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

国民年金
保険料

口座振替の 前納・早割 が 便利 でおトク！

★早割がおトク！

国民年金保険料の通常の納付期限(翌月末日)より1か月早い当月末日に口座振替する「早割」にすると、**月50円(年600円) おトク**です。
※現金納付には『早割』の適用はありません。

★前納にするとさらにおトク！

国民年金保険料を6か月分、1年分、2年分まとめて口座振替する「前納」にすると、さらに**割引額が大きくなります**。

【口座振替の申し込み】

- ▷持ち物 年金手帳(基礎年金番号がわかるもの)、
預貯金通帳、金融機関届出印
▷申込先 口座振替を希望する金融機関、
年金事務所、
市民課庶務係〔市役所新館1階〕

○Pay-easy(ペイジー)で簡単納付！

自宅や外出先から、夜間や休日でも納付ができます。
納付書に記載されている「収納機関番号」「納付番号」「確認番号」をPay-easy対応のATM(コンビニは不可)またはインターネットバンキングの画面に入力するだけ。

♣現金納付でも前納できます

口座振替の場合よりも割引額は小さくなります。
「6か月前納」「1年前納」の納付書は平成30年度の国民年金保険料納付書に同封されています。「2年前納」の納付書を希望する人は、年金事務所へお申し込みください。

♣クレジットカードでも前納できます

【クレジットカード納付の申し込み】

- ▷申込先 年金事務所、
市民課庶務係〔市役所新館1階〕

※クレジットカードの有効期限が切れる場合、更新時に改めて手続きが必要な場合があります。

◎前納(口座振替・クレジット納付)の申込締切日

前納の種類	前納期間	申込締切日
6か月前納	4月～9月	2月末日
	10月～翌年3月	8月31日
1年前納	4月～翌年3月	2月末日
2年前納	4月～翌々年3月	2月末日

■問い合わせ

大和高田年金事務所 ☎22-3531

市役所市民課 ☎内線253

日本年金機構 🌐http://www.nenkin.go.jp/

毎月第3火曜日13時から中央公民館で句会をしています。
興味のある人は、ぜひ一度お越しください。会員一同、
お待ちしております！

満ちる程欲の乾きが強くなる
クラシック音楽バッグの色は古代色
ため息が試着室から漏れてくる
笑い声大波よせる露天風呂
ひたすらに宇宙の彼方見えています
つなぐ手にボトリと秋の一滴
号泣を消すシャンソンのカーラジオ
山菜のえぐみと遊ぶ一人酒
人生模様出合い別れの交差点
浴衣着せる子等追いかけた遠い日よ
終章へひたすら磨くありがとう
新元号三代生きた欲が出る
車椅子介護の坂を登れない
絡め取るネットの闇の甘い罠
私を磨く大事にする出会い
秋風と名湯巡り気が弾む
任せたとバトンしっかり握らせる
唇がじっと待っててくれました
甘えん坊父の胡座の中が好き
ちみもうりよう疑心暗鬼を裏付ける

阿部 望美 葛城台
井上美津子 御国通り
浦上 恵子 東松本
岡本まみ子 大橋通り
大國谷全代 東辻
北谷 敦美 茅原
北谷 詔子 茅原
米田百合子 三室
長越よう子 柿ヶ坪町
永田 京子 佐田
仲村 周子 末広町
中西 育子 北十三
西田 八郎 末広町
松岡 和子 葛城台
吉井ティ子 御門町
吉田 末子 玉手
上田 幸一 市外
岡本佐知子 市外
角南百合子 市外
田所征三郎 市外



御所
川柳倶楽部

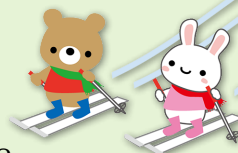


親子の絆を結ぶお手伝い！子育ての楽しさ、見つけましょう♪

地域子育て支援拠点事業 **こひつじ**

御所市委託による 地域子育て支援センター “こひつじ”

御所市増355 社会福祉法人 恵愛保育所内 ☎📠 66-2233



2月は…暦のうえではもう春。寒さに負けず、固い芽の中では春に向けた準備がされています。子どもたちもお母さんから離れ、お友達どうして遊ぶのが楽しくなってきたようですね。今月は日本の伝統行事にちなんだ遊びをしたり、今年一年の親子の成長記録を作品に残しましょう。



2月のひろば

◆場所 恵愛ホール

※都合により、変更になる場合があります。お出かけの際はお確かめください。

事業名	開催日	時間	内容
赤ちゃんひろば (1歳半未満の赤ちゃん)	7日(火) 21日(火)	9:30 ~ 12:00	* 節分、ひなまつり…日本古来の行事に関心を持って、作ったり遊んだりしましょう。 * 子どもの成長記録を残す作品づくり 親子で遊びながら作りましょう。 * わらべうた、ミュージックケアで楽しく遊びましょう 絵本の読み聞かせ、ひとこと育児アドバイスほか
こひつじひろば (1歳半以上の未就園の子ども)	8日(水) 22日(水)	9:30 ~ 12:00	
こひつじサロン (赤ちゃん～未就園の子ども)	6日(火) 20日(火)	9:30 ~ 12:00 12:30 ~ 15:00	おもちゃや絵本、お母さん向けの本などを用意しています。親子でゆったりお過ごしください。
	7日(火) 8日(水) 21日(火) 22日(水)	12:30 ~ 15:00	
まなびのひろば (1歳半未満の赤ちゃんとお母さん)	27日(火)	9:30 ~ 12:00	子育ての疑問や悩みなど、何でも話しましょう♪
お誕生日会 (1月～3月生まれの子どもの)	3月1日(水)	10:00 ~ 11:00	みなさんでお誕生日のお祝いをしましょう♪ こひつじに登録している1月～3月生まれの人が対象。

● **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。

* ホールでの飲食はできません。

* 続けて遊びに来られる人は登録が必要です。

* 詳しくは、地域子育て支援センター “こひつじ”
(☎📠 66-2233) へ。● **ひよこ教室 (中央公民館クラブ)**

お子さんと一緒に、ぜひ遊びに来てください。
季節のお楽しみ行事も予定しています。

◆対象 市内在住の未就園の子どもと保護者

◆開催日 2月6日(火)・20日(火)

3月6日(火)・20日(火)

4月10日(火)・24日(火)

◆時間 10時～11時

◆場所 中央公民館
(元町382の1)◆内容 お名前呼び、月の歌、ひよこの歌、
手あそび、親子あそび、お絵描き、折り紙など

◆問い合わせ 木村 昇子 ☎66-0343
または☎090-4270-4718

● **ごせ駅前ふれあいセンター**

☆作ってあそぼう (どなたでも)

◆日時 2月4日(日) 11時～12時

☆土ようひろば (小学生と年長児) [時間厳守]

◆日時 2月10日(土) 小学生：10時～10時45分

年長児：10時45分～11時30分

☆にこにこひろば (親子)

◆日時 2月12日(月) 10時～11時

☆絵本コーナー (どなたでも)

◆日時 2月15日(木) 14時30分～16時

☆子育て相談・和太鼓《事前予約制》

* * * * *

◆場所 ごせ駅前ふれあいセンター (御所市170の22)

◆申込方法 各開催前日までに、氏名と人数を電話で下記へ。

◆申し込み・問い合わせ 仲林 参代 ☎080-8535-9687

旗を作って
駅伝を応援
しよう!



《平成30年度採用》 御所市職員を募集します



【職務経験者】対象の試験も実施！

募 集 概 要

◆職種と採用予定人数

- | | |
|---------------|-------------|
| ▷ 土木技術職
3人 | ▷ 保育士
2人 |
| ▷ 建築技術職
2人 | ▷ 保健師
3人 |

◆試験日

〈第1次試験〉2月18日(日)

◆応募方法 持参または郵送

◆応募受付期間

1月29日(月)～2月9日(金)

8時30分～17時15分 (土・日を除く)

※郵送の場合は2月7日(水)まで(期間内消印有効)

◆試験案内・申込書の入手方法

人事課で配付または市ホームページからダウンロードできます。



受験資格(対象年齢・必要な資格など)や試験内容は、試験案内をご覧ください。

◆申し込み・問い合わせ

人事課内 御所市職員採用試験委員会〔市役所 本館2階〕☎内線212

☆詳しくは市ホームページをご覧ください。<http://www.city.gose.nara.jp/0000001884.html>

御所市の分譲宅地 購入者募集！

右表の分譲宅地を先着順で売却します。

購入を希望する人は、必要なものを添えて、お申し込みください。(郵送による申し込みはできません。)

◆受付期間(先着順)

2月2日(金)～28日(水) (土・日・休を除く)

◆受付時間 9時～12時、13時～16時

◆申し込みに必要なもの

- ①分譲宅地購入申込書 ②誓約書 ③実印
④住民票抄本 1通(発行後3か月以内)
⑤印鑑証明書 1通(発行後3か月以内)
⑥完納証明書(市町村税) 1通(発行後3か月以内)
※①および②は管財課 整備係で配付するほか、
市ホームページからもダウンロードできます。

◆用途 一戸建専用住宅

◆受付場所 管財課 整備係〔市役所 新館2階〕

※土地代金以外に契約印紙代金および登録免許税が必要です。

※市町村税に滞納がないなどの申込要件があります。

※各宅地の詳細についてはお問い合わせください。

〈元町〉 3区画

所在地	面積	坪	㎡単価	土地代金
元町41-11	191.72㎡	58.0	23,300円	4,467,000円
元町55-6	193.55㎡	58.5	23,300円	4,509,700円
元町306-8	228.11㎡	69.1	23,300円	5,314,900円

〈柏原地区〉 5区画

所在地	面積	坪	㎡単価	土地代金
東寺田43-7	413.50㎡	125.1	18,200円	7,525,700円
柏原331-18	427.92㎡	129.4	18,200円	7,788,100円
柏原341-14	352.59㎡	106.7	18,200円	6,417,100円
柏原631-36	314.20㎡	95.0	18,200円	5,718,400円
柏原650-12	309.22㎡	93.5	18,200円	5,627,800円

〈幸町〉 1区画

所在地	面積	坪	㎡単価	土地代金
幸町44-14	273.19㎡	82.6	17,200円	4,698,800円

◆問い合わせ 管財課 ☎内線525

🌐 <http://www.city.gose.nara.jp/0000000697.html>

御所市指定ごみ袋および外袋の広告主を募集

種類	枚数	広告スペース (cm)	広告位置 (すべて裏面)
指定ごみ袋 (大)	4枚	①・② 縦25×横18 ③・④ 縦18×横25	
指定ごみ袋 (大) 外袋	4枚	①～④ 縦5×横15	
指定ごみ袋 (中)	1枚	① 縦25×横36	
指定ごみ袋 (中) 外袋	1枚	① 縦20×横15	
指定ごみ袋 (小)	1枚	① 縦38×横25	
指定ごみ袋 (小) 外袋	1枚	① 縦10×横15	

市が作製している、燃えるごみ用の指定ごみ袋(大45リットル・中30リットル・小20リットル)および外袋の広告主を募集します。

■**広告掲載位置、規格等**
 広告の掲載は、指定ごみ袋10万枚とその外袋(ごみ袋10枚入り)1万枚を1セットとします。1セットあたりの広告枚数、広告スペース等は左表のとおりです。

■**広告掲載料**
 指定ごみ袋(大)と外袋…7万円
 指定ごみ袋(中)と外袋…8万円
 指定ごみ袋(小)と外袋…8万円
 ※広告掲載料は、指定ごみ袋10万枚と外袋1万枚をセットにした1枠分の料金です。

■**募集期間**
 2月1日(木)～28日(水)

■**申込方法**
 御所市指定ごみ袋広告掲載申込書に必要事項を記入し、広告の原稿または広告の内容

※指定ごみ袋とその外袋には、同じ事業者の広告を掲載します。
 ※指定ごみ袋は黄色、外袋の広告掲載面は白色です。
 ※広告の文字色は、指定ごみ袋は緑色、外袋は黒色でそれぞれ単色刷りです。
 ※申込状況等によっては、ご希望の枠に広告を掲載できない場合があります。

◇今回の募集枠数◇

種類	作製予定枚数	募集枠数
指定ごみ袋 (大)	200,000枚	8枠
指定ごみ袋 (大) 外袋	20,000枚	(4枠×2セット)
指定ごみ袋 (中)	200,000枚	2枠
指定ごみ袋 (中) 外袋	20,000枚	(1枠×2セット)
指定ごみ袋 (小)	100,000枚	1枠
指定ごみ袋 (小) 外袋	10,000枚	(1枠×1セット)

■**申し込み・問い合わせ**
 〒639-2256 御所市栗阪293
 御所市クリーンセンター内
 環境政策課 ☎66・1087
 🌐<http://www.city.gose.nara.jp/0000001302.html>

がわかるものを添えて、環境政策課へ持参または郵送してください。(申込書は環境政策課で配付するほか、市ホームページからもダウンロードできます。)

持参の場合の受付時間は、募集期間内の土・日曜日・祝日を除く9時～17時です。郵送の場合は、2月28日(水)まで必着。

※広告掲載基準等、詳しくはホームページまたは左記まで。



自動車・軽自動車(原動機付自転車を含む)の各種申請はお早めに…

■問い合わせ 税務課 ☎内線545

自動車税・軽自動車税は、4月1日現在の所有者に課税されます。
 名義変更や住所変更、廃車、譲渡等は、下表の場所で手続きしてください。
 ☆所有者が亡くなっている場合は、名義変更または廃車手続きが必要です。
 ☆転居や転出をした場合は、住所変更の手続きが必要です。

3月末は大変混み合います。手続きは早めにお願ひします。

車種	手続き場所	電話番号
原動機付自転車(125cc以下)	市役所税務課庶務係[本館1階]	62-3001(内線545)
軽自動車(軽3輪・軽4輪)	軽自動車検査協会奈良事務所 (大和郡山市額田部北町980の3)	050-3816-1845
軽二輪車(125cc超～250cc以下)	奈良県軽自動車協会 (大和郡山市額田部北町981の8)	0743-58-3700
二輪の小型自動車(250cc超)	近畿運輸局奈良運輸支局登録部門 (大和郡山市額田部北町981の2)	050-5540-2063 (24時間受付)
自動車	🌐 http://www.tb.mlit.go.jp/kinki/	

※手続きに必要なものは、各手続き場所へお問い合わせください。

注
 手続きしないでいると、所有していても課税対象となる場合があります。

第3回

御所盆梅展

〈御所市文化協会盆栽の部〉

美しい梅の花とその香りに春の訪れを感じてみませんか。

◆とき 2月10日(土)～12日(月) 9時30分～17時

(10日は13時から、12日は15時まで)

◆ところ アザレアホール 2階 (御所市13)

■問い合わせ 生涯学習課 ☎内線692

観覧自由

バレンタイン♡
チョコ・クッキーづくり

2/11日

大好きな人のために、楽しく
チョコでお菓子を作りましょう。
お気軽にご参加ください。

- ◆対象 年長児～小学生 (保護者も参加可)
- ◆日時 2月11日(日) 13時～16時 (受付:12時30分～)
- ◆場所 中央公民館 (元町382の1)
- ◆持ち物 エプロン、三角きん、タオル、室内用の靴
- ◆参加費 200円 ◆定員 先着20人
- ◆申込方法 2月10日(土)までに電話で下記へ。
- ◆申し込み・問い合わせ
ガールスカウト奈良県第14団 ☎66-1593 (木村)

☆ガールスカウトは「自ら考え行動できる
女性」を育てています。

活動の様子を下記でご覧いただけます。

🌐 <https://ameblo.jp/gs14groups/>

大和川水系を美しく!

2月は水質改善強化月間

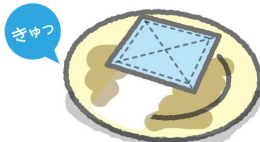
大和川の汚れの原因の約7割は、家庭から
出る生活排水です。汚れた生活排水を減らし
て、大和川をきれいにしましょう。

家庭でできる取組

●残さない

食事は食べる分だけ作り、
残ったら冷蔵庫などで保存。

●拭き取る

食器やフライパンなどの汚れは、
拭き取ってから洗う。

●流さない

三角コーナーや水切りネット
などを活用し、食べ残しや
ゴミを直接流さない。

※詳しくは、大和川ホームページをご覧ください。

<http://www.kkr.mlit.go.jp/yamato/special/drainage/>

◆問い合わせ 環境政策課 ☎66-1087

☆日本赤十字社
御所地区奉仕団の募金活動平成29年12月11日、ライフ御所店で、日本赤十
字社御所地区奉仕団が「NHK海外たすけあい」募金
キャンペーン活動を行いました。奉仕団の呼びかけ
と市民のみなさんのご協力により、47,899円の募金
が集まりました。ありがとうございました。集まった募金は日本赤十字社奈良県支部を通じて、
世界各地の紛争や自然災害等による犠牲者の救援や
保健衛生、災害対策等に係る開発協力事業に使われ
ていただきます。奉仕団では、災害発生時に義援金
のための募金活動を行うことがあり
ます。今後とも市民のみなさんのご
理解とご協力をお願いします。

◆問い合わせ 福祉課 ☎内線512

お知らせ

市民の善意

ありがとうございます。

(順不同・敬称略)

〈社会福祉のために〉

○御所市商工会女性部

3万5100円

○ガールスカウト奈良県第14団

7033円

○大同薬品工業株式会社

代表取締役社長 高橋豊

100万円



ふるさとごせ

応援寄附金

申し込みありがとうございます。

〔平成29年12月分〕(順不同・敬称略)

○御所市 (株)南都興産 社員一同

(38人) 1036万3千円

○大阪府松原市

株式会社 林商会

○橿原市 崎山幸代

○大和郡山市 中井将一郎

○東京都港区 大畑博史

○大阪府大阪市 岡田明

○大阪府大阪市 松儀智謙

○東京都江東区 藤森裕介

○千葉県船橋市 熊谷慎

○東京都大田区

○宇陀市 大家義信

○匿名98件

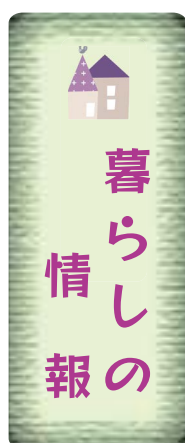
〓月計146件〓1375万1千円

★平成29年度申し込み集計★

〔平成29年12月末日現在〕

寄附件数 230件

寄附金額 1567万6千円



▼相続登記はお済みですか月間

無料相談会

◆日時 2月18日(日) 13時～16時

◆場所

〈奈良会場〉 西部公民館

(奈良市学園南3の1の5)

〈橿原会場〉 奈良県橿原文化会館

(橿原市北八木町3の65の5)

◆相談内容

相続登記、その他の登記

◎当日参加も可(ただし予約者優先)

◆予約・問い合わせ

奈良県司法書士会

☎0742・22・6677

▼第18回奈良県障害者

スポーツ大会参加者募集

◆対象 身体障害者手帳または療育

手帳の交付を受けた13歳以上(平成

30年4月1日現在)の人

◆各競技種目の開催日および会場

開催日	競技種目	会場
4月15日(日)	サッカー	県立高等養護学校
	フットベースボール	
	バスケットボール	
4月22日(日)	卓球	奈良県心身障害者福祉センター
	ソフトボール	
5月13日(日)	フライングディスク	県立高等養護学校
5月20日(日)	水泳競技	ならやま屋内温水プール
5月27日(日)	陸上競技	県立橿原公苑陸上競技場

◆申込方法 2月1日(木)～3月2日

(金)に電話で左記へ。(土)(日)(休を除く)

◆申し込み・問い合わせ

福祉課 ☎内線513

▼マイナンバーカード

申請・交付臨時窓口

マイナンバーカード(個人番号カ

ード)の申請・交付を行う休日臨時

窓口を、第2土曜日と第4日曜日の

午前開設しています。

《2月の日程》

●2月10日(土) 9時～12時

●2月25日(日) 9時～12時

※詳しくは「広報御所」平成29年12

月号をご覧ください。

◆問い合わせ 市民課 ☎内線248

▼オストメイトの人への

個別無料相談会

専門家や同じ障害を持つ人たちの

の個別相談会です。

◆対象 県内在住のオストメイトの

人(人工肛門・人工膀胱を持つ人)

◆日時と場所

◎2月20日(火) 9時～12時

奈良県文化会館

(奈良市登大路町6の2)

◎2月24日(土) 9時～12時

奈良県社会福祉総合センター

(橿原市大久保町320の11)

◆相談対応 専門看護師と支部役員

◆申し込み 不要

◆問い合わせ

(公社)日本オストミー協会奈良県

支部事務局

☎0742・49・1839 (三田村)

▼パブリックコメント (市民意見募集)

第4期御所市障害者福祉長期計画(案)、第5期御所市障害福祉計画及び第1期御所市障害児福祉計画(案)へのご意見・ご提案を募集します。

いただいたご意見等は、今後の計画策定や障害福祉施策の参考とさせていただきます。

各計画案は市ホームページに掲載しています。

◆募集期間

2月5日(月)～16日(金)「必着」

◆意見等の提出方法

郵送(封書など)、ファックス、Eメールのいずれかの方法で提出してください。様式は問いません。Eメールの件名は「パブリックコメント」と表記してください。

◆意見等の提出・問い合わせ

〒639-2298 御所市1の3

御所市福祉課 障害福祉係

☎内線513 ☎62・3022

✉fukushi@city.gose.nara.jp

🌐http://www.city.gose.nara.jp/

0000001904.html

▼奈良地方方法務局 人権擁護課が移転します

奈良地方方法務局 人権擁護課は、2月13日(火)から下記の場所へ事務室を移転します。

◆移転先 奈良市高畑町552

奈良第2地方合同庁舎2階

※電話番号は変更ありません。

◆問い合わせ

奈良地方方法務局 人権擁護課

☎0742・23・5457

▼企業合同説明会

県内の企業(約80社)が会社概要や求人内容等を説明します。就活セミナーやキャリアアカウンセリング、無料職業紹介所などもあります。

◆対象 平成31年3月の大学等卒業

予定者、40歳代前半までの求職者

◆日時 3月3日(土) 11時～17時

◆場所 奈良ロイヤルホテル

(奈良市法華寺町254の1)

☆申込不要、参加無料

◆問い合わせ

奈良県中小企業団体中央会

☎0742・81・3639

☎0742・81・3671

▼ならジョブカフェ 無料就活セミナー

◆対象 就職活動中の学生、おおむね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)

◆期日・セミナー名

①3月7日(水)：実践に役立つ！

面接トレーニング

②3月15日(木)：就活に欠かせない

自己分析

◆時間

①9時40分～11時50分
②13時30分～16時30分

◆場所 ならジョブカフェ「エルト

ピア奈良内」(奈良市西木辻町93の6)

◆定員 各日10人程度(先着順)

◆申込方法 2月15日(木)以降、各セ

ミナー前日までに、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。

◆問い合わせ ならジョブカフェ

☎0742・23・5730

☎0742・23・5757

🌐http://www.pref.nara.jp/item/

63392.htm

▼公共職業訓練生募集

☆就職率84%(平成28年度実績)

◆対象 再就職を希望する人

◆訓練科名(定員 各16人)

①CAD/NC技術科

②住環境コーディネート科

◆訓練期間 4月～9月

◆訓練場所 ポリテクセンター奈良

(橿原市城殿町433)

◆受講料 無料(教科書代等は実費)

◆募集期間 2月1日(木)～28日(水)

◆申し込み・問い合わせ

ポリテクセンター奈良

☎0744・22・5226

◆ 有料広告掲載の問い合わせ ◆
株式会社ホープ ☎092-716-1401

ひとひと
女と男のつどい

◆とき **2月17日(土)**
13時30分～ (受付：13時～)

◆ところ **御所市文化ホール**
〔アザレアホール内〕(御所市13)

◎講演 「いくつになっても輝きを」

有限会社 みかん山プロダクション

タレント・漫才師 **辻イト子さん・まがるさん**

**参加無料
申込不要**

◎主催 御所市

◎共催 御所市女性対策推進連絡協議会

◆問い合わせ 人権施策課 ☎65-2210

▼事業所のみなさんへ
消防署からお知らせ

■防火対象物使用開始・変更届の提出について

▽届出が必要な場合

①新たに店舗や事務所などを始めるとき

②建物の用途を変更する場合(事務所から飲食店への変更、テナントの用途の変更など)

▽届出の期日 使用開始・用途変更の7日前まで

▽届出先 所轄の消防署

■用途変更や増改築の場合は、**要注意!**

次のような場合、新たに必要設備の設置や防火管理者の選任などを怠ると、消防法違反になります。

- (1) 屋内階段が1つの建物の地下または3階以上のフロアで、事務所から飲食店へ用途変更することにより、面積に関係なく自動火災報知設備が必要になった。
- (2) 2階建ての事務所を飲食店に用途変更し、延べ床面積が300㎡以上のため自動火災報知設備が必要となり、収容人員も30人以上になったので防火管理者の選任が必要になった。
- (3) 鉄骨造(その他構造)の工場を増築し、延べ床面積が700㎡以上になったので、屋内消火栓設備が必要になった。

■事前に消防署へご相談を

用途変更、増改築、店舗等の修繕、模様替え、間仕切り変更などを行うときは、消防法違反になる場合がありますので、所轄の消防署へ事前に相談してください。

相談なしに用途変更や増改築などを行い、そのまま使用し、後日消防署の立入検査で消防法違反であることが発覚した際は、4月1日から始まる公表制度により、建物名称、所在地、違反内容を消防本部ホームページ等に掲載するほか、使用停止命令や告発など行政処分の対象となる場合があります。

◆問い合わせ・相談

奈良県広域消防組合御所消防署
☎62・0119

▼不動産無料相談会

◆日時 2月10日(土) 10時～16時

◆場所 香芝市ふたかみ文化センター(香芝市藤山1の17の17)

◆相談内容 土地活用、建築、借地借家、税務、贈与と相続、売買・賃貸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

総合型地域スポーツクラブ
NPO法人「御所スポーツクラブ」

(体験スポーツ教室)

スポーツフェスティバル

5種目の体験スポーツ教室を開催します。家族、友人、地域のみなさんと、気軽にスポーツを楽しんでみませんか。



参加無料

★参加記念品
プレゼント★

◆とき **3月4日(日)** ※雨天決行 (サッカー教室は雨天中止)

◆ところ **大正小学校** 運動場・体育館・多目的ホール (櫛羅2198の1)

◆時間と内容

【午前の部】9時30分～11時40分
(受付:9時～9時20分)

- ◎幼児サッカー教室 [定員50人]
[対象:4歳児(年中)～5歳児(年長)]
- ◎バドミントン教室 [定員50人]
[対象:小学生～一般]
- ◎キッズ・ジュニアダンス教室 [定員50人]
[対象:5歳児(年長)～小学生]

【午後の部】13時10分～15時
(受付:12時40分～13時)

- ◎小学生サッカー教室 [定員80人]
[対象:小学生]
- ◎バレーボール教室 [定員50人]
[対象:小学生～一般]
- ◎空手道教室 [定員30人]
[対象:5歳児(年長)～一般]

☆「キッズ・ジュニアダンススクール」

ダンスパフォーマンス 9時50分～10時

- ◆持ち物 室内用の靴(体育館シューズ)、飲み物
- ◆参加方法 当日、受付に参加申込書を提出してください。参加申込書は御所スポーツクラブおよび生涯学習課[市役所 新館3階]にあります。
- ◆その他
 - 運動のできる服装・靴でお越しください。
 - 御所スポーツクラブ会員は申込不要。当日、会員証を持参してください。
 - 負傷等の場合、主催者が応急処置をしますが、その他の責任は負いません。
- ◆主催・問い合わせ
NPO法人 御所スポーツクラブ(幸町189の3)
☎43-8201 U <http://gose-sc.jp/>

体験してみませんか

ノルディックウォーキング

🌀ノルディックウォーキングとは🌀

2本のストックを使って歩行を補助し、運動効果を高める健康のための運動で、クロスカントリー選手のトレーニングが起源です。

◆とき **3月18日(日)** 10時集合 12時解散 ※小雨決行(雨具を持参)

◆ところ **葛城公園** (御所市1の15) ほか

- ◆参加費 500円(保険代を含む)※当日徴収します。
- ◆申込方法 2月23日(金)までに電話で生涯学習課へ。
- ◆その他
 - 手荷物はリュックサックまたはウエストポーチをお持ちください。
 - 飲み物は各自で用意してください。
 - 安全に十分注意してください。負傷等の場合、主催者が応急処置をしますが、その他の責任は負いません。
- ◆問い合わせ 生涯学習課 ☎内線695
- ◎主催 御所市体育協会(市民スポーツ部)



お知らせ

こども

かわいいクッキーできるかな♪

アイシングクッキー講座

アイシングクッキーは、砂糖や卵白で作ったクリームでクッキーの表面をデコレーションしたお菓子のこと。焼き上がったクッキーに、色とりどりのクリームで絵やメッセージを描いて、かわいいアイシングクッキーを作ってみませんか！クッキーやクリームの作り方も教えてもらえます。



作ったクッキーはお持ち帰りできます。



【講師】

Catharine (キャサリン) さん

♣日本サロネーゼ協会JSA認定
アイシングクッキー講師

- ◆対象 市内在住の小学生（1・2年生は保護者の同伴が必要）
- ◆時間 10時～12時（予定）[受付：9時30分～]
- ◆場所 葛公民館（戸毛979の1）
- ◆定員 先着20人
- ◆費用 600円（材料費）を当日徴収します。
- ◆持ち物 エプロン、ハンドタオル、筆記用具
- ◆その他 必ず保護者が送迎してください。（保護者は見学のみの可）
- ◆申込方法 2月7日(水)～21日(水)に電話で下記へ。
- ◆申し込み・問い合わせ 葛公民館 ☎67-1896
- ☆受付は、月～金曜日 8時30分～17時15分（祝休日を除く）
- 🌐 <http://www.city.gose.nara.jp/0000001887.html>

3/11

日



あなたの想い、伝えなくて

天使のいる図書館
無料上映会

葛城地域（御所市・大和高田市・香芝市・葛城市・広陵町）を舞台に、図書館司書の主人公がさまざまな出会いと交流を通して成長していく物語です。

心温まるストーリーとともにスクリーンに展開する、いつもとは違う見慣れたふるさとの風景をお楽しみください。

3/11

日

- 〈午前の部〉10時～
(開場：9時30分)
- 〈午後の部〉14時30分～
(開場：14時)

- ◆場所 御所市文化ホール
[アザレアホール内]（御所市13）
- ◆定員 各部 先着200人（要整理券）

◎整理券の配布（当日のみ）

- ▷時間 〈午前の部〉9時～
〈午後の部〉13時30分～
- ▷場所 アザレアホール エントランス

- ◆問い合わせ 商工観光課 ☎内線643

御所にこの人あり

Vol.5

奈良県立御所実業高等学校

ラグビー部監督

たけだ ひろゆき
竹田 寛行



体と体が激しくぶつかり合う音。

どこまでも食らいつく執念のタックル。手にしたボールを守り抜き、トライを決める難しさ。一人で勝利を手にするとはできない。仲間の動きを読み、パスをつないでトライをめざす。チームの絆が勝利への鍵だ。

『御所と言えば、ラグビー』近年はそう言われるようになった。火を付けたのは、御所実業高校ラグビー部の監督を務める竹田寛行さんだ。

竹田さんが御所実業高校ラグビー部の監督に就任して、29年になる。当初、部員はわずか2人。部員集めからのスタートだった。体格の良い生徒に声をかけ、ラグビー部を少しずつ強化。まだまだ全国大会の大舞台『花園』は夢のまた夢だったが、厳しくも一人ひとりを大切に指導に部員たちの目の色が変わっていった。

ところが、予期せぬ出来事が起こる。練習試合中の不慮の事故で、一人の部員が亡くなってしまったのだ。辞任を考えた竹田さんに、部員たちは訴えた。「どうかこのまま指導を続けてほしい」「『花園』へ連れていってけると約束したじゃないか」

その思いに応えなければ――。『花園』行きを決意した。「まずは、立ちはだかる名門天理高校に勝利する。そのためには、自分たちにしかない戦法が必要だ」それが「組織力」「堅い守り」「的確なパス回し」だった。



厳しい練習にも部員たちは必死に食らいつてきた。そして、平成7年、ついに『花園』初出場を果たす。以降、花園出場は11回を数え、3度の準優勝など、今や強豪校として「御所」の名前を全国に轟かせている。

練習試合中、竹田さんの目は厳しく部員たちの一挙手一投足に注がれている。エラーした選手にはベンチからすかさず檄を飛ばす。一人ひとりの個性を見極めて、ヒントを与える。それをまっすぐに受け止める部員たちは、素直で誠実であれば人はもつと成長できると竹田さんは言う。

「家族や地域の人に支えられている。そのことに気付き、感謝する心を養ってほしい」

ラグビーを通して、心を通わせることの大切さを知る。竹田さんが何より大切にしているものだ。一人ひとりがチームを思う心、それが「信頼」そして「絆」へと成長し、チームを強くする。

昨年末の第97回全国高等学校ラグビーフットボール大会では、強豪の報徳学園と対戦し、惜しくも敗れたが、残り2分でトライを2回決めるなど、最後まであきらめない御所実業の意地をみせた。

「積み重ねてきた一戦一戦が、次の勝利へとつながる」竹田さんの言葉を胸に、部員たちは今日も厳しい練習に励んでいる。



竹田 寛行

1960年、徳島県生まれ。

1989年、御所工業高校（現在の御所実業高校）に赴任。廃部寸前だったラグビー部の監督に就任し、6年後、花園初出場を果たす。その後も顕著な成績を次々と上げ、注目を集めている。

「ラグビーで御所を元気にしたい」と、毎年7月には「御所ラグビーフェスティバル」を開催。全国から30校を超える強豪校が御所に集う。御所市在住。