



6月2日 御所市文化協会展覧会『小学生華道教室』

はじめての生け花

花と向き合うと、なんだかちょっぴり大人になった気分。
もうすぐ夏休み。どんなことして楽しもうかな♪

誇夢



御所市長

東川 裕

持続可能な世界をめざす

一員として

「SDGs」という言葉をご存じでしょうか。「持続可能な開発目標」として2015年9月の国連サミットで採択された、2016年から2030年までの国際的な開発目標です。

人類が直面している地球規模のさまざまな課題の解決に向けた17のゴールと169のターゲットで構成され、「人権、貧困、教育、健康、環境、科学技術、雇用、エネルギー、平和」などの課題解決に向け、国や企業はもちろん、私たち一人ひとりがめざすべき目標でもあります。

この世界的な目標「SDGs」に連動して、日本政府が提唱しているのが「Society5.0」です。
①狩猟社会、②農耕社会、③工業社会、④情報社会といった、人類がこ

れまで歩んできた社会に次ぐ第5の新たな社会を、デジタル革新やイノベーションを最大限活用して実現することをめざした近未来コンセプトです。

「SDGs」も「Society5.0」も提言されてからすでに数年が経過していますが、昨今改めて注目されているのは、やはりわが国が世界の中でも先駆けて大きな価値観の変革期に直面しているからだと思えます。いずれにせよ、これからしっかりと将来を見据えつつ、本当の「質」の向上をめざす持続可能な社会が世界規模で求められることに違いありません。

私たち一人ひとりが、世界の中の一員として、そしてわが国の価値観を改める重大な変革期とともにする者として、広い視野を持ち、2つの目標を自分事として捉え、思考し、行動していただけたらと思います。

■問い合わせ 秘書課
☎62-3001 (内線205)

🌐 <http://gose.seesaa.net/>

◆ ◆ ◆ ◆ ◆
平成30年度の収支が出ました。一般会計が何とか黒字を継続できているものの、国や県などの財源に依存しているところが大きく、市が自立した強固な財政基盤を構築しているとは言いがたい状況です。

しかし、既に提案している懸案事業を進めないという選択肢はもはや残されていません。それどころか、より一層のスピード感を常に求められているのが現状であり、さらなる創意工夫による経費の節減、財源探求が不可欠となっています。予算執行の際にはこの現状をしっかりと認識するよう、職員に指示しました。

(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

【令和元年5月31日現在】

市の人口 25791人 (-47人)
男性 12107人 (-14人)
女性 13684人 (-33人)
世帯数 12087戸 (-11戸)
* () 内は前月比

36	24 35	21 23	17 20	16	15	14	8 13	7	6	4 5	3	2
水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わりました	お知らせ	くらし	人権なび特集	ひろば	図書館へようこそ!	子育て支援センター ほか	けんこう	社会を明るくする運動 ほか	ネットには危険もいっぱい ほか	夏休み☆お楽しみイベント	ナラ・シエイクアウト ほか	誇夢

◇ 今月の紙面 ◇

奈良県いっせい地震行動訓練 ナラ・シェイクアウト

【シェイクアウト=地震をやっつけろ】

7月9日は「奈良県地震防災の日」です。

シェイクアウトは、家庭や職場などでの防災意識を高めるため、同じ時刻、同じ場所で、参加者全員がいっせいに机の下に隠れるなど、「地震から身を守る行動をとる訓練」です。

御所市役所でも訓練を行いますので、次の時間帯にご来庁のみなさんは、ご理解とご協力をお願いします。



《提供：一般財団法人 消防防災科学センター》

◆実施日時 7月9日(火) 10時30分～ (1分間の訓練です)

身を守る基本行動



訓練実施内容イメージ

《提供：効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議》

1 姿勢を低くする (DROP)

○地震の揺れで転倒しないよう、姿勢を低くする。

2 体や頭を守る (COVER)

○頭を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に隠れる。
○隠れる場所がない場合は、手や腕、カバンや本など身近にあるもので頭を守る。

3 揺れが収まるまで動かない (HOLD ON)

○揺れが収まるまで、1分くらいその場にとどまり、動かないようにする。

☆実際に地震が起きたらどうなるか、どうするかを、家庭や職場で話し合しましょう。

※ナラ・シェイクアウトは、個人・団体でも参加できます。

■問い合わせ 奈良県 防災統括室 ☎0742-27-7006 □ <http://www.pref.nara.jp/item/120899.htm>

おうちを火災から守るために

☆住宅用火災警報器

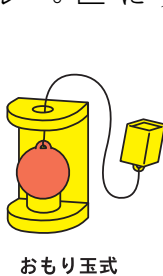
住宅火災による「逃げ遅れ」から住民の生命や財産を守るため、住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。

▽注意事項

- 寝室および階段（寝室が2階にある場合）に煙式感知器の設置が必要です。また、台所には熱式感知器の設置をお勧めします。
- 家電量販店やホームセンターで購入でき、自分で簡単に設置できます。

☆感震ブレイカー

「感震ブレイカー」は、大地震発生後の電気復旧時に発生する「復電（通電）火災」を防ぐ手段として有効です。



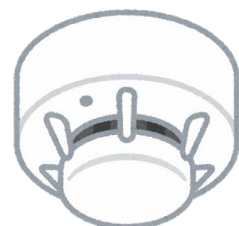
ブレーカーを切るのが困難な場合でも自動的にブレーカーが切れるので、二次災害を未然に防げます。

▽注意事項

- パネ式やおもり玉式など、電気工事が不要な簡易タイプなら、自分で簡単に設置できます。
- 設置の際は取扱説明書をよくお読みください。

詳しくは左記へお問い合わせください。

◆問い合わせ 御所消防署 ☎62・0119





とき

8月25日(日) 10時集合 (12時頃終了)
(受付開始 9時30分)

8/25
日



えんのおづめ君

修行内容

- ▶ 修行その壱 (計算力問題 100問) 〈20分〉
- ▶ 修行その弐 (思考力問題 5問) 〈40分〉

ところ 〈次のいずれか〉

- 北部会場 **奈良学園登美ヶ丘中学・高校**
(奈良市中登美ヶ丘3の15の1)
- 南部会場 **県立青翔高校** (御所市525)



❖対象・参加費 (大会当日に持参してください)

- ▶ 大人の部 (18歳以上) **1,000円**
- ▶ 小学6年生の部 (小学生) **500円**
- ※市内小学校に通う児童は無料です。

☆小学6年生の部には
小学校全学年の児童が
参加できます。

出題内容は
小学6年生程度

❖持ち物

筆記用具、修行参加票、上靴 (スリッパ)
※参加票は申込受付後に送付します。

❖申込方法 (次のいずれか)

- ①市ホームページの申し込み入力画面から申し込み
注) 送信後に「受付完了メール」が届かない場合は、再度申し込んでください。
- ②所定の申込書に記入し、持参、郵送またはファックスで下記へ。
※申込書は生涯学習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。
- ③市内小学校に通う児童は、学校へ所定の申込書を提出

❖申込締切日

7月26日(金)必着 (③は7月12日(金)までに学校へ提出)

**市内小学校
在校生は
参加無料**

❖申し込み・問い合わせ

御所市教育委員会事務局 生涯学習課 [市役所 新館3階]
〒639-2298 御所市1の3 ☎62-3001 (内線692) ☎62-8510
U <http://www.city.gose.nara.jp/0551.html>
▶ 過去の問題と解答なども市ホームページに掲載しています。



えんのおづめ
わし役小角は、7世紀頃に御所市の
茅原で生まれ、雲に乗って仙人と遊
び、呪法を修め、鬼神を自在に操っ
たといわれている。山岳修行の開祖
なのである。



第11回

計算力・思考力大会

算学修行
「えんのおづめ杯」



おもしろ3 ものづくり教室

7/28
日

◎主催 奈良県青少年指導員御所市協議会

元小学校校長 中尾 勝一さんの指導で、いろいろなおもしろいものを作ります。
どんなものができるかな？夏休みの自由研究にもなるよ！

- ◆対象 市内在住の小学生
(小学3年生以下は保護者同伴で)
- ◆日時 7月28日(日)
9時30分～11時30分(予定)(受付:9時～)
- ◆場所 人権センター 体育室(柏原235)
- ◆持ち物 水筒、汗ふきタオル、上靴、ぞうきん、のり、はさみ、セロテープ、色鉛筆(12色)、油性ネームペン
- ◆定員 40人(先着順)
- ◆申込方法 7月1日(月)～18日(木)に電話で下記へ。
※住所、氏名、学校名、学年、電話番号(自宅または保護者の携帯電話)をお知らせください。
- ◆申し込み・問い合わせ 葛公民館 ☎67-1896
[受付時間:8時30分～17時15分(土・日・祝を除く)]

参加無料
申込必要

メニュー

①紙コプター(牛乳パックとストローで作る竹とんぼ)



②バランストンボ
(トンボのやじろべえ)

③なんでかなあ？
(内容はお楽しみ！)

④浮沈子をつくろう
(ペットボトルの中で金魚が浮き沈みするよ)



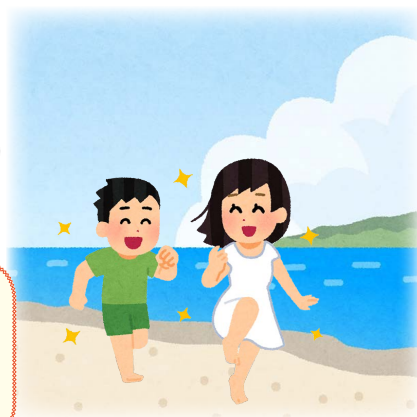
青少年サマーキャンプ

参加者募集！

能登の海・山で 夏の思い出づくり

活動内容 いかだづくり、キャンプファイヤーなど

- ★とき 8月18日(日) 7時集合(中央公民館(元町382の1))
～8月20日(火) 18時30分頃帰着
- ★ところ 国立能登青少年交流の家(石川県羽咋市柴垣町)



- ◆対象 市内在住の小学5年生～中学3年生
- ◆募集人数 30人(応募者多数の場合は抽選)
- ◆参加費 6,000円(体験料など)
※事前研修時(8月4日(日))に徴収予定。

◆申込方法(次のいずれか)

- ▷往復はがき(郵送) ※1枚で1人申し込み
往復はがきの往信裏面に、参加申込者の住所、氏名、生年月日、学校名、学年、性別、電話番号、保護者氏名を、返信宛名面に参加申込者の住所、氏名を記載し、下記へ郵送してください。

- ▷窓口(持参) ※はがき1枚で1人申し込み
通常はがき(宛名面に参加申込者の住所、氏名を記載)を持って、生涯学習課[市役所 新館3階]へお越しください。(土・日・祝を除く)

▷インターネット

市ホームページの申し込み入力画面から申し込んでください。送信後に「受付完了メール」が届かない場合は、再度申し込んでください。

◆申込締切日 7月19日(金)(消印有効)

※締切後、参加決定者には詳細をご案内します。

申し込み
問い合わせ

御所市教育委員会事務局 生涯学習課「青少年サマーキャンプ」係
〒639-2298 御所市1の3 ☎62-3001(内線692)
http://www.city.gose.nara.jp/2012.html



ネットには 危険もいっぱい!



インターネットを通じた、人と人とのコミュニケーションは、今や特別なものではありません。特に、SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）が普及し、子どもでも手軽に社会や世界に向けて情報を発信できるようになりました。その一方で、さまざまなトラブルが発生しています。

【SNSトラブルの例】

SNSで仲良くなった友だちに悩みを相談していたら、「会って話をしようよ」と言われ、待ち合わせたら、その友だちの知り合いを名乗る男が来た。

SNSで「いいバイトがある」と教えてくれた人に会ったところ、「俺の後ろにはヤクザがいる」などと脅され、悪いことだと知りつつ、振り込め詐欺や盗みに加担させられてしまった。

友だちの裸の画像が送信されてきたので、遊び半分でほかの友だちに送信したところ、自分が加害者になってしまった。

「自分は大丈夫」「うちの子に限って…」そんな過信は禁物です!

ネット犯罪は、年々巧妙かつ悪質になっています。はじめは同性や同世代になりすまし、個人情報や人に知られたくない悩みなどをうまく聞き出したところで、突然態度を豹変させ、これまで聞き出した情報を拡散すると脅しをかけて、犯罪に発展するケースが増えています。

また、SNSでは、子どもでも簡単に画像や動画を掲載することができるため、自覚のないまま他人の人権を侵害してしまうなど、誰もが加害者になる危険性があります。

ネットを正しく 使うためのルール★

- ・出会いを求める内容を書き込まない。
- ・ネット上の相手とは会わない。
- ・個人情報や写真は掲載しない。

夏休みに入る前に、ネットに潜む危険性について事例などを知り、まずは家族で話し合っ、被害に遭わないためにどうすればよいか、しっかりと考えて行動しましょう。



◀「インターネットじけんぼ」
〈小学生向け (PDF)〉

「ネットには危険もいっぱい」▶
〈中高生・保護者向け (PDF)〉



もしも、トラブルや被害に巻き込まれてしまったときは、信用できる大人や警察に相談してください!

■青少年センター〔葛公民館内〕(戸毛979の1) ☎67-1896

高校フェス in 御所 2019

御所市PTA連絡協議会 進路委員会では、市内の中学生とその保護者を対象に、高校の特色や学校生活の様子など、気になることがわかる『高校フェスin御所2019』を開催します。

中学生のみなさんの進路を考える参考として、参加してみませんか!



●時間
13時～16時(予定)

●場所
御所中学校(御所市665-1)

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

◆問い合わせ 生涯学習課 ☎内線692

☐ <http://www.city.gose.nara.jp/2051.html>

第69回

社会を明るくする運動

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ

7月1日～8月31日

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安心・安全な社会を築こうとする全国的な運動です。



あいさつで まちに広がる えがおの輪

◆大人が率先して、元気なあいさつを

家庭や地域、学校、職場で大人が率先してあいさつを交わし、笑顔の輪を広げましょう。

◆あいさつで安心・安全のまちづくりを

あいさつは良好な人間関係づくり、まちづくりの原点です。特に、子どもの豊かな心を育てるためには、コミュニケーションが何より大切です。

■問い合わせ 「社会を明るくする運動」御所市推進委員会
福祉課 ☎内線512

御所地区保護司会から就労支援へのご協力をお願い

法務省 御所地区保護司会 会長 西本 忠彦

犯罪・非行の前歴のある人や保護観察中の人は、就職が難しい状況にあります。当会では、これらの事情をご理解のうえ、雇用に協力いただける企業を広く求めています。生活基盤の安定による、再犯のない安心・安全な社会の実現に向け、ご協力をお願いします。

■問い合わせ 更生保護サポートセンターごせ（御所市760の3）
☎☎ 62-1133 〈受付時間：月・水・金曜日（祝休を除く）10時～16時〉

戦没者遺児による慰霊友好親善事業

日本遺族会は、戦没者遺児による慰霊友好親善事業の参加者を募集しています。先の大戦で父等が戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行い、現地住民と友好親善を図ります。

◆対象 先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児
（平成30年度の参加者は申し込み不可）

◆実施地域
《広域地域》

旧満州、旧ソ連、西部ニューギニア、ソロモン諸島、東部ニューギニア、トラック・パラオ諸島、ボルネオ・マレー半島、フィリピン、マリアナ諸島、ミャンマー、台湾・バシー海峡、ビスマーク諸島、マーシャル・ギルバート諸島、中国

《特定地域》

西部ニューギニア、東部ニューギニア、ミャンマー

◆参加費 10万円

◆申込先 奈良県遺族会 ☎0742-22-3656

※地域ごとに申込締切日が異なります。詳しくは下記へ。

◆問い合わせ 日本遺族会 ☎03-3261-5521

福祉のおしごとフェア

- ◆対象 令和2年3月卒業予定の学生
など、福祉・介護職場への
就職・転職を希望する人、
福祉の仕事に関心がある人
- ◆日時 7月14日(日)
10時30分～16時（出入り自由）
- ◆場所 奈良ロイヤルホテル
（奈良市法華寺町254の1）

- ◆内容
〈午前〉介護福祉士による講演および
現場職員とのクロストーク
〈午後〉福祉施設・事業所等との面談、
福祉の仕事に関する相談ほか
- ☆参加無料・予約不要・履歴書不要

◆問い合わせ
奈良県福祉人材センター
☎0744-29-0160



食中毒を防ごう！

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、実は、毎日の家庭の食事でも発生しています。

家庭で食中毒が発生したときは、症状が軽かったり、発症する人が少なかったりするため、風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります。

食中毒の原因となる細菌は、気温が高く、湿気が多い夏が大好き。
食中毒予防の3原則「細菌をつけない・増やさない・やっつける」を徹底し、家庭での食中毒を予防しましょう！



けんこう

実践
しよう！

★家庭で食中毒を防ぐ6つのポイント★

① 買い物

- 生鮮食品や冷凍食品は最後に買う
- 必ず消費期限を確認する
- 肉汁や魚などの水分が漏れないよう、袋に分けて入れ、氷や保冷剤で低温を保つ



② 家庭での保存

- 冷蔵・冷凍が必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する
- 肉や魚はビニール袋などに入れて保存する
- 肉、魚、卵などを取り扱う前後には必ず石けんで手を洗う
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ
- 冷蔵庫に詰めすぎない



③ 下準備

- 作業前に石けんで丁寧に手を洗う
- 肉、魚、卵をさわったら手を洗う
- 冷凍食品は自然解凍を避け、使う分だけを冷蔵庫や電子レンジで解凍する
- 使用後のふきん・タオルは熱湯で煮沸し、しっかり乾燥させる
- 使用後の調理器具はよく洗い、熱湯をかけて殺菌する（特に生肉や魚を切った包丁やまな板）



④ 調理

- 調理の前に石けんで手を洗う
- 肉や魚は中心部を75℃で1分以上加熱する
- 電子レンジを使うときは、均一に加熱する



⑤ 食事

- 食べる前に石けんで手を洗う
- 清潔な食器を使う
- 作った料理は、長時間室温で放置しない



⑥ 食べきれなかった食品

- 残った食品を扱う前に石けんで手を洗い、清潔な容器に保存する
- 温め直すときも十分に加熱し、みそ汁やスープは沸騰させる
- 時間が経ち過ぎていたり、少しでも不安を感じたりしたら捨てる

▶食中毒かな？と思ったら…

嘔吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようとする体の防御反応です。むやみに市販の下痢止めなどの薬を服用せず、早めに医師の診断を受けましょう。

減塩ワンポイントアドバイス vol.14

調味料の塩分を知って減塩！

【しょうゆ編】

目指せ 減塩！



日本人の食卓に欠かせない調味料「しょうゆ」。「減塩の大敵」というイメージがある人も多いのではないのでしょうか。

しかし、しょうゆに含まれる塩分量は食塩そのものより少なく、発酵食品のため、香りや旨味などが料理の味を引き立て、上手に「適量」を使えば、結果的に減塩につながります。

しょうゆの種類によって、成分や塩分量は異なります。違いを知って、上手に適量を使い分けてみましょう。

しょうゆの種類	濃口 しょうゆ	淡口 しょうゆ	たまり しょうゆ	減塩 しょうゆ	だし しょうゆ
特徴	大豆と小麦がほぼ半々の割合で作られたもの。	色や香りが薄く、すまし汁などに使われる。色は薄いが高口しょうゆよりも塩分は多い。	大豆が主体で、小麦はほとんど使われていない。刺身しょうゆや照り焼きにも使われる。	旨味や香り成分は残したまま、塩分の含有量を半分にしたもの。	かつお節や昆布などの旨味成分を加えたもの。みりんや砂糖などを加えたものも多い。
塩分 (☆)	0.9g	1.0g	0.8g	0.5g	0.4g

(☆) …しょうゆ小さじ1杯 (6g) あたり

【日本食品標準成分表2015年版より】



料理に使うしょうゆの量は？

1人分小さじ1杯までが目安ですが、塩分の多い具材を使うときには、しょうゆの量を控えましょう。

しょうゆの
かけ過ぎに注意！

夏にぴったり！時短メニュー

簡単☆お手軽♪

小松菜の煮びたし

1人分
塩分 0.7g

<作り方>

- ① 小松菜は洗って食べやすい大きさに切り、しめじは小房に分ける。油揚げは熱湯を回しかけて油抜きし、千切りにする。
- ② 鍋に①の具材とかつお削り節と★の調味料を入れ、軽く混ぜる。フタをして弱火～中火で約10分煮て、できあがり♪

☆電子レンジの場合は、鍋ではなく大きい耐熱皿に入れ、軽くかき混ぜ、ふんわりとラップをかけて、野菜がしんなりするまで加熱する。(500Wで約5～6分が目安)

暑い季節は
冷やして食べても
おいしいよ！

材料 (4人分)

小松菜	1袋
しめじ	1袋
油揚げ	1枚 (約40g)
かつお削り節	2袋 (約5g)
★調味料	
しょうゆ	大さじ1
みりん	大さじ1/2

野菜をたっぷり食べて、おいしくヘルシーに減塩☆
暑い夏を元気に乗り切りましょう！

7月の成人保健事業

場所：いきいきライフセンター

参加無料

事業名		実施日	実施時間	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 (入門・初級)	1日(月) 22日(月)	13:30～15:00	初心者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)、 水（お茶）、 タオル
	太極拳体験教室 (初級)	3日(水) 17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。		
	レッツ ウォーキング	14日(日)	9:15～12:00	せせらぎを感じながら歩こう♪ 〈行き先〉柳田川～鴨都波神社		水（お茶）、タオル ※8時の時点で 雨の場合は中止。
健康・栄養相談 【40歳以上対象】		随時実施	13:00～15:30 〈個別相談〉	生活習慣病で悩みがある、運動 や食事を改善したい、禁煙したい…。 そんな人の相談に栄養士 や保健師が応じます。	必要	希望日の1週間前までに 電話で健康推進課へ。 ※事前にお送りするアンケート にご記入ください。



けんこう

無料クーポン券でがん検診を受けましょう！

乳がん・子宮頸がん検診の「無料クーポン券」を下記の対象者に送付しています。
ぜひこの機会にがん検診を受けてみませんか！詳しくは同封の案内をご覧ください。

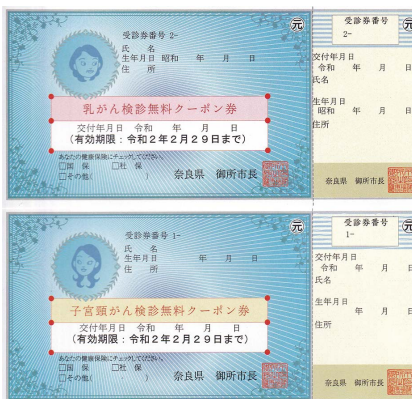
対象者（生年月日）

●乳がん検診

- ・昭和53年4月2日～昭和54年4月1日
- ・昭和48年4月2日～昭和49年4月1日
- ・昭和43年4月2日～昭和44年4月1日
- ・昭和38年4月2日～昭和39年4月1日
- ・昭和33年4月2日～昭和34年4月1日

●子宮頸がん検診

- ・平成10年4月2日～平成11年4月1日
- ・平成5年4月2日～平成6年4月1日
- ・昭和63年4月2日～平成元年4月1日
- ・昭和58年4月2日～昭和59年4月1日
- ・昭和53年4月2日～昭和54年4月1日



※クーポン券は平成31年4月20日時点で御所市
民である対象者に送付しています。まだ届いて
いない場合は、健康推進課へお問い合わせくだ
さい。

難病ピアサポーター

養成講座

◆対象 指定難病の患者および家族
で、全4回の講座を受講でき、受講
後に県内のピアサポーターとして登
録し活動できる人

◆開講日・テーマ
7月22日(月)

9月9日(月)

ピアカウンセリングの基礎
カウンセリングの実際・
基礎的な面接技法

10月23日(水)

12月9日(月)

奈良県の医療制度、障害年金
総括く受ける側の姿勢く

※内容等、詳しくはお尋ねください。

◆時間 12時40分～15時

◆場所 奈良県郡山保健所

（大和郡山市満願寺町60の1）

◆定員 40人

◆講師 東大阪大学短期大学

介護福祉科 教授

梓川 一さん ほか

◆申込方法 7月16日(火)までに電話

で左記へ。

◆申し込み・問い合わせ

奈良県難病相談支援センター

☎0743・51・0197



第27回 奈良県高齢者 **いい歯** のコンクール

◆応募資格 県内在住の70歳以上で歯の健康な人（若干の欠損歯、かぶせ等がある人も可）

※第24回～第26回で最優秀の人は応募できません。

◆定員 先着120人

◆審査および表彰（日時と場所）
10月24日（木） 12時～16時30分
奈良県歯科医師会館
（奈良市二条町2の9の2）



◆応募方法 はがき（裏面）に、郵便番号、住所、氏名、電話番号、生年月日、性別、年齢を書いて下記へ。

◆応募期間 7月10日（水）～8月31日（土）
（消印有効）

◆応募・問い合わせ
〒630-8002 奈良市二条町2の9の2
奈良県歯科医師会
「高齢者いい歯のコンクール」係
☎0742-33-0861

奈良県医師会の学術部会が行う 無料健康相談

▶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



相談内容	開催日	時間	予約
眼科	7月9日（火）	14時～15時	不要
精神科	7月11日（木）		前日までに 予約必要
内科疾患	7月23日（火）		

お医者さんからの メッセージ

スキン・テア

スキン・テアとは、摩擦やズレなど外からの力によって、皮膚が裂けてできる裂傷で、表皮（皮膚の表面）から真皮（少し深いところ）までのキズをいいます。

病院や施設、あるいは自宅で療養中の高齢者の手や腕に、黒ずんだ皮下出血や薄皮がはがれて出血しているようなキズがあるときは、スキン・テアの可能性が高いです。

スキン・テアが起きる状況としては、絆創膏をはがすとき、室内を歩いていて転倒したとき、手や腕などがベッドの柵や車椅子などでこすれたとき、腕などを強く握ったり引っ張ったりしたとき、衣服で強くこすれたとき、入浴の際に体を強く拭いたとき、かゆみのために皮膚を強く掻いたときなどが挙げられ、「皮がずる」といわれるような状態になります。

スキン・テアが起きたときは、はがれた表皮を、できるだけ早くきれいに元の場所に戻し、テープ

で固定しておきましょう。早ければ1週間ほどで治癒します。

高齢者は、乾燥により皮膚が弱くなり、かゆみが生じるため、スキン・テアが起りやすくなります。このため、医療・介護現場では「皮膚の保湿」はとても大切です。塗り薬のヘパリン類似物質やワセリン、その他の油性軟膏が使われます。

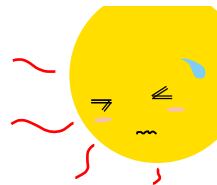
皮膚の保湿のほか、ベッド柵や車椅子の突出部などにカバーをつける、腕や下肢をアームカバーやレッグウォーマーで保護する、介護の際に腕や足を強く握ったり、引っ張ったりしないなどの予防対策が大切です。

超高齢社会の日本では、医療や介護に従事する人もスキン・テアを知っておく必要があります。予防や簡単なケアの方法について、医師や看護師の指導を受けておきましょう。

奈良県医師会



熱中症は予防が大切！



熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、そのときの体調などで、誰でもかかる可能性があります。

室内でも熱中症にかかる！？

気温があまり高なくても、**湿度が高い**と、体温調節がうまくいかず、熱中症にかかりやすくなります。

閉め切った室内では湿度が高くなりやすいので、**換気**をしたり、**エアコン**や**扇風機**を使って温度や湿度の調節をしましょう。

水分と塩分の補給も忘れずに！

体温調節がうまくできない乳幼児や、気温や湿度の変化に気づきにくい高齢者は、特に注意が必要です。家族みんなで、熱中症を予防しましょう。

のどが渇く前に
しっかり水分補給！



けんこう

こんな症状は、

熱中症を疑いましょう。

《軽度》めまい、立ちくらみ、筋肉痛。

汗が止まらない。

《中度》頭痛、吐き気、虚脱感。

体がだるい。

★対処法

● 涼しい日陰やクーラーの効いた室内へ移動する。

● 衣類をゆるめて休む。

● 体を冷やす。（氷や冷たい水で濡らしたタオルを手足に当てる。）

● 水分を補給する。（自力で水分を摂取できないときは救急車を呼ぶ。）

《重度》けいれんを起こす。意識がない。体温が高い。まっすぐ歩けない。呼びかけに対する返事がおかしい。

★対処法

● すぐに救急車を呼び、救急車が到着するまで、涼しい場所で体を冷やす。



保冷剤や濡らしたタオルを首筋や脇、脚の付け根などに当てて、体の熱を冷ましましょう。

夏休み♪

親子の

食育教室



バランスの良い食べ方や食事のマナーなど、良い習慣を身につけるための食育教室を開催します。

料理を作る楽しみを通じて、親子で食育について話し合いましょう。

▼対象 市内在住の小学生とその保護者

▼日時 8月2日(金)または8月5日(月)

10時～13時（※どちらかの日）

▼場所 いきいきライフセンター

▼内容 当日のお楽しみ♪

▼持ち物 エプロン、三角きん、ふきん、手ふき

▼参加費 子ども100円、大人300円

▼定員 各日18組（先着順）

▼申込方法 7月26日(金)までに電話で健康推進課へ。

▼欠席の場合 材料発注の都合により、7月26日(金)までにご連絡ください。以後のキャンセルは実費を徴収します。

◎主催 御所市食生活改善推進員協議会

一般不妊治療費 を助成します

不妊治療中の夫婦を対象に、費用の一部を助成します。

- ♣対象となる治療 第1子にかかる一般不妊治療
- ♣助成額 1組の夫婦に対し、自己負担額の2分の1を助成します。【上限5万円】
(1年度につき1回)



- ♣申請方法
健康推進課で申請してください。必要な書類は市ホームページからもダウンロードできます。

特定不妊治療費については、奈良県が助成事業を行っています。

※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

<http://www.city.gose.nara.jp/1127.html>

【子育てサロン】 申込不要

お子さんが遊べるスペースを開放しています！おもちゃもあるよ！



- 対象 市内在住の子どもと保護者
- 利用時間 10時～16時

実施日	同日開催イベント	内容
8日(月)	イベントはありませんが、	
16日(火)	子育てサロンは開いています。	
26日(金)	ハンドベル演奏 (10:10～10:40)	季節の曲を楽しもう♪ (協力：ハンドベルごせ)



☆予防接種や乳幼児健診などの母子保健事業は、「健康推進課年間行事予定表」に掲載しています。（「広報御所」平成31年4月号と同時配布。市ホームページにも掲載しています。）

<http://www.city.gose.nara.jp/0374.html>

妊娠・出産、子育ての悩みや相談は、**やくやく子育てセンター**（☎62-8060）へお電話ください！



未就学児（*）の医療費の窓口負担が 8月受診分から少なくなります

*未就学児…小学校入学前の子ども

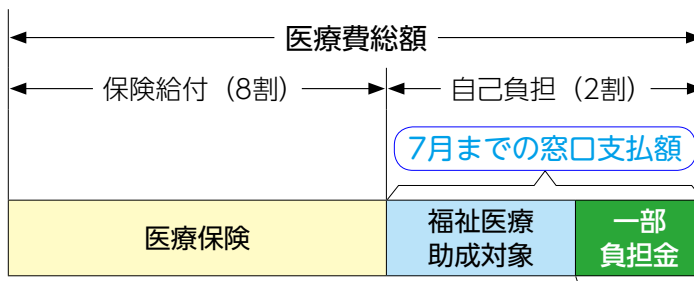
◆問い合わせ 保険課 ☎内線252



❑未就学児が県内の医療機関を受診する際の取り扱いが次のように変わります。

7月受診分まで

窓口で医療保険の自己負担（2割）を支払い、後日、一部負担金（☆）を除く福祉医療助成金が指定口座に振り込まれます。



8月受診分から

窓口で2割負担ではなく、一部負担金（☆）のみを支払います。（現物給付方式）

8月からの窓口支払額

☆一部負担金とは

- ▷外来および14日未満の入院の場合…月額500円
- ▷14日以上入院の場合…月額1,000円

※医療機関ごとにかかります。（同じ医療機関でも入院・外来・歯科でそれぞれかかります。）

- 未就学児以外は変更ありません。
- 受診の際は、窓口で「現物給付の受給資格証」（水色）（7月中旬に発送）を提示してください。

<http://www.city.gose.nara.jp/2356.html>



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”

社会福祉法人 恵愛保育所内（増355）

**子ども** は…

大人に見守られ、お友だちとさまざまな遊びを経験しながら育ち、親は親子の交わりを通して育ちます。地域子育て支援センター“こひつじ”は、この2つの育ちを願い、いろいろなかたちでみなさんの子育てを支援していきます。

**7月のひろば**

※都合により、変更になる場合があります。
お出かけの際は確かめください。

事業名	開催日	時間・場所	内容
おひさまひろば (未就園の子ども)	2日(火) 9日(火) 23日(火)	9:30～12:00 恵愛保育所園庭	☀水や砂にふれたり、体を動かして遊びましょう♣ 【持ち物】 帽子、タオル、着替え ※雨天時はホールで運動遊びをします。
赤ちゃんひろば (1歳半未満の赤ちゃん)	3日(水) 10日(水) 17日(水) 24日(水)	9:30～12:00 恵愛ホール	「たなばたさま」や「きらきら星」を歌いましょう♪ *ふれあい遊び、わらべうた遊び、 絵本の読み聞かせなど
こひつじひろば (1歳半以上の未就園の子ども)	4日(木) 11日(木) 18日(木) 25日(木)	9:30～12:00 恵愛ホール	七夕飾りを作ったり、お星さまごっこをしましょう！ *季節の歌、手遊び、製作、体操、リズム遊び、 絵本の読み聞かせなど
恵愛こひつじサロン (未就園の子ども)	2日(火)～4日(木) 9日(火)～11日(木) 16日(火)～18日(木) 23日(火)～25日(木)	12:30～15:00 恵愛ホール	おもちゃや絵本、育児書などを用意しています。 親子でゆったりと自由に遊んでお過ごしください。
まなびのひろば (未就園の子ども)	17日(水)	9:30～12:00 恵愛ホール	「みんなどうしてる？トイレトレーニング」をテーマに 保育所の先生のお話を聞きながら、みんなで考えましょ う。お子さんも同室で遊べます。
お誕生日会	18日(木)	10:00～11:00 恵愛ホール	こひつじに登録している4～7月生まれのお子さんの 誕生日をお祝いします。【7月8日(月)までに申込必要】
水遊び・プール遊び (未就園の子ども)	30日(火) 8月1日(水)	9:30～12:00 恵愛保育所園庭	☀ペットボトルでシャワーを作って遊びましょう♣ 【持ち物】 水着または水遊び用パンツ、タオル、濡れ物用袋 ※雨天時はホールで遊びます。

●**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。

夏休み工作教室

ひみつの貯金箱を作ろう！

▶対象 小学生とその保護者

先着15組

▶開催日 **7月28日(日)**

▶時間 13時30分～14時30分（13時～受付）

▶場所 アザレアホール2階 視聴覚室（御所市13）

▶持ち物 はさみ、カッターナイフ、のり、ボンド、
色鉛筆、クレヨンなど

▶申込方法 7月2日(火)以降に図書館カウンターへ。

▶問い合わせ 図書館〔アザレアホール内〕☎65-2580

参加
無料

お知らせ

ぬいぐるみ人形劇
『ピノキオ』（劇団バク）
今月13日(土)・文化ホール
入場整理券を配付中！
※詳しくは「広報御所」
6月号をご覧ください。

先着
100人

図書館へ ようこそ!

図書館〔アザレアホール内〕(御所市13) ☎65-2580

ホームページ <https://www.lib100.nexs-service.jp/gose-city/>

7月のイベント

♪児童書コーナーにて♪

●つーちゃんのおはなし会
7日(日) 14時～

●おはなしをたのしむ会
13日・27日(土) 10時30分～

♪図書館入口にて♪

●ブックリサイクル
21日(日) 9時～
(なくなりしだい終了)

1人
5冊まで

第2回 御所市 図書館を使った 調べる学習 コンクール

夏休みの自由研究は、図書館の本を
使ってコンクールに出品しませんか?
図書館お助け隊もお手伝いしますよ!
優秀作品は市で表彰し図書館で展示後、
全国大会に出品します。



7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	31			

■は休館日 □は整理日(休館)

【開館時間】 9時～17時

★夏休み期間特別貸出《7月2日(火)～8月30日(金)》

1人につき10冊を2週間貸出します。

★夏休み読書感想文 課題図書《7月2日(火)～8月30日(金)》

1人につき1冊を1週間貸出します。(予約も1人1冊)

小学生・・・児童書コーナー(地下1階)

中学生・・・一般書コーナー(1階)

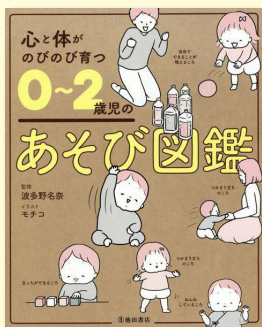
★新着図書と今月のおすすめ★

一般書(中学生も含む)	
書名	著者・出版社
風土記と古代の神々	瀧音 能之/著 平凡社
子どもの「困った」が 才能に変わる本	田嶋 英子/著 青春出版社
レシピで味わう世界の食文化	石毛 直道/著 岩波書店
しあわせ間取り図鑑	建築知識編集部/編 エクスナレッジ
今すぐ使えるかんたんゼッタイデキます! Instagram超入門	リンクアップ/著 技術評論社
あるあるデザイン	ingectar-e/著 エムディエヌコーポレーション
あの映画に、この鉄道	川本 三郎/著 キネマ旬報社
生きる力。	種田 山頭火/著 春陽堂書店
ホスピス病棟の夏	川村 湊/著 田畑書店

児童書	
書名	著者・出版社
学校図書館ディスプレイ &ブックトーク〈2〉	本田 彰/著 国土社
算数&数学ビジュアル図鑑	中村 享史/監修 学研プラス
-もっと知りたい- ヒマワリ	赤木 かん子/作 新樹社
ぴっかぴかすいぞくかん	なかの ひろみ/文・構成 ひさかたチャイルド
小さな生き物たちの世界を ルーペで覗いてみたら	井上 雅史/写真 マイルスタッフ
ヒトの体にすみつく生き物	辨野 義己/監修 PHP研究所
「感じ」が伝わるふしぎな言葉 擬音語・擬態語ってなんだろう	佐藤 有紀/著 少年写真新聞社
うみのとしょかん ウミウシはじめてのこい	葦原 かも/作 講談社
たなばたウキウキ ねがいごとの日!	ますだ ゆうこ/作 文溪堂

◆一般書◆

『心と体がのびのび育つ 0～2歳児のあそび図鑑』

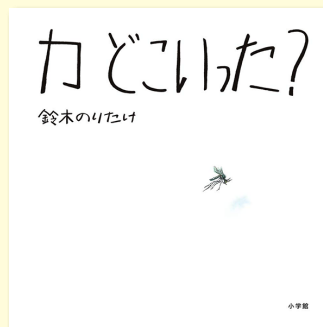


波多野 名奈/監修
池田書店

「こんなのも、遊びになるのか!」新米ママとパパの気負いが少し軽くなる楽しい遊びのヒントが満載。「発達のポイント」や、遊びによって「育つ力」もわかるようになっていきます。

◆児童書◆

『カどこいった?』



鈴木 のりたけ/作・絵
小学館

あっ か いた!
いろんなところへ逃げる
力をパチン!と
おもいきりはさんで
やっつける本です。
さあ、力はさいごまで
逃げられるでしょうか?

ブックラリー 図書館におばけが大集合?!

おばけが出てくる話や、
ちょっぴり怖い話を集めました。

読んだら、「おばけカード」がもらえるよ。

みんなでおばけをたくさん飾って、図書館をひんやりさせよう!

7月2日(火)～8月30日(金)



つーちゃん

そよかぜ便り

旅立ち

丘と海の見える草原、雄大な日高山脈。清らかな空気と水に育まれた農畜産物、太平洋からの恵みである海産物。サラブレッドが草を食む牧場の風景…。

北の大地に降り立った貴女は、優駿の門をたたいたのです。白銀の世界、澄みわたる冬の青空に大きな翼を広げて悠然と飛ぶオオワシとオジロワシの姿が見えたでしょう。都会にはない大自然。どこまでも続く太平洋。凍てつく冬の大地では、春が待ち遠しいことでしょう。

ようやく春。雪が解けて若葉が芽吹き、「優駿さくらロード」が見頃を迎える季節、仔馬が生まれ、母馬とともに牧場を駆けめぐります。

日高の山々を間近に望む豊かな大自然。響きわたる馬たちのいななき。生まれてすぐ立ち上がる仔馬の生命力とそれを見守る母馬の愛情深さ。仔馬の成長が何より楽しみです。

海に沈む夕日、満天の星。奇跡ともいえる美しい風景が、心を豊かにしてくれるのでしょうか。

貴女は第二の人生の地を北の大地に選びましたね。生まれ育った御所での多くの思い出と出会い。



新しい出会いを大切にして、思い出をたくさん作ってください。輝いて一歩前進です。笑顔と輝きを忘れず、出会いを大切にしてくださいね！

恭子

たくさんさんの思いをつめ込んで、貴女の好きな自然と馬との生活。人生の中で最高の幸せと思います。厳しい自然の中での生き物との生活は大変ですが、これも大事な仕事なのです。

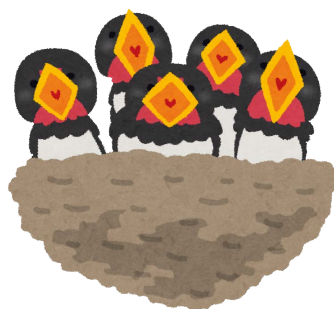
NHKの朝の連続テレビ小説「なつぞら」で放映していた十勝の牧場生活に、思わず貴女の姿を重ね合わせていました。

休日にはばんえい競馬を見に行くとか。昔、車のない時代には、馬や牛は大切にされていたのです。畑の中にポツンとおしゃれなログハウスのカフェがあるそうですね。周りには広大なジャガイモ畑。青空の下、広々とした草原が広がっているのでしょうか。いつもそこでランチをするのですか。十勝のチーズやスイーツはおいしいでしょうね。

都会が失ったすべてが、北の大地にはあります。疲れた心を癒してくれる第一のふる里は御所。第二のふる里は浦河。平成最後に旅立ち、令和を迎えて花咲かせ、自分の人生にチャレンジする貴女。たまにはパンドラの箱を開けて、御所の友やふる里の山河を思い出してね。

うるおい

御所金剛俳句会



病棟の庇飛び出すツバメの子	上村 佳与	御門町
初蟬や稚眼みひらき神楽鈴	瓜阪 孝依	中本町
ねむの花遠き昔を思ひけり	大隅 優子	高天
びよんと飛び出して転げて雨蛙	米田 敦子	檜原
山門に修験僧立つ花会式	酒井 嘉寿子	古瀬
際やかに見ゆる青嶺の続きをり	鈴木 玲子	檀原市
揃ひのシャツ着て登山者をもてなせり	高松 早基子	本町
ひとはばの吊橋かかり朴の花	福西 泰子	桜井市
夏料理きびきび運ぶ修行僧	松浦 千賀子	上牧町
合歓咲いて垣内に婦人消防隊	松村 幸代	大和高田市
大空に樹々に大地に囀れり	水野 露草	桜井市
郭公が鳴けば筒鳥つられ鳴く	森井 美知代	柿ヶ坪
人住まぬなりし家にも燕来る	山本 綾子	檜原
青空の光の中へ夏の蝶	山本 いく	五條市

7月は 差別をなくす強調月間 です

1982（昭和57）年から、7月は「差別をなくす強調月間」と定め、あらゆる差別の撤廃と人権意識の高揚を図るためのさまざまな取り組みを進めています。その一つとして「人権啓発ポスター・標語」を募集し、今年も市内小中学校からポスター 533点の応募がありました。応募作品の中から市で選考し、奈良県へ提出した作品を紹介します。

この他にも優秀作品をアザレアホールのエントランスで掲示しています。どうぞご覧ください。

人権なび特集

人権施策課（人権センター内）
☎ 65・2210（柏原235）



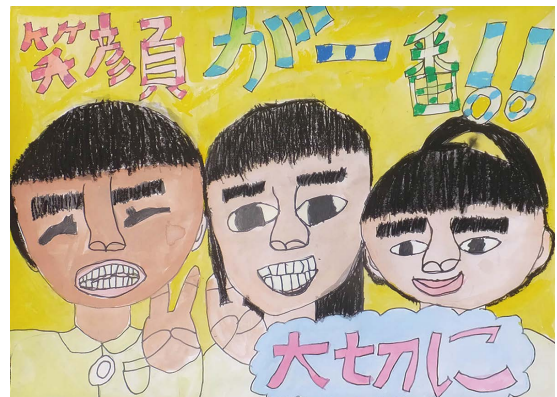
栗原 巨希さん 掖上小学校 5年



西川 裕基さん 大正小学校 2年



亀石 優心さん 大正小学校 3年



米田 怜心葉さん 葛小学校 4年



五木 芽惟さん 大正中学校 1年



杉本 碧音さん 秋津小学校 6年

（記載の学年は、現在のものです。）

「やるだやぎつた」

市内小学校2年生

「さるとかに」のべんきょうをしました。「自分がさるみたいだったな。」と思う時のことを考えました。

生活科の時「たのしいたのしい車やさん」のかんばんをつくっていました。Aくんのぬる数が多いと思って、ぼくがいろいろしてきました。ぼくは、

「Aくん、ぬる数が多すぎ。」

と言いました。その後、言い合いになりました。めっちゃめっちゃはらをたてたので、自分が言ったことは、わすれました。それで、先生がきて、話をしました。先生が、

「今、やるになっているんじゃないの。」ときいてきました。そのとき、ぼくは、

「ほんまやあ。」

と言いました。先生が、

「じゃあ、みんな、ばらばらになれよ。」

と言ってきました。

「ばらばらは、あかん。言い方がきつかった。」

と思いました。それからAくんとぼくは、

「ごめんね。」

と言いました。いらいらの気もちは、おちつきました。それからはなかよく、しごとをつづけています。

ぼくは、さるになってました。しょうじきにあやまることにします。

(記載の学年は、作成当時のものです。)



「ヒロシマに行って思ったこと」

市内小学校6年生

私は、テレビとか、写真でしか原爆ドームを見たことがないから、「どれぐらい大きいのかな。」

と、思いながら見ました。見たとき私は、

「大きいなあ。」

「こんな大きいのに、原爆でボロボロになったんだな。」

「原爆はこわいな。」

と、いろいろな感情がまざってなんとも言えませんでした。こんなにも大きな建物が一瞬にしてこわれるなんておそろしいと思いました。

資料館では、入った瞬間うす暗く、かべにギッシリと原爆が落とされた町が写っていました。私が、その場所にいるように感じてこわいなと思いました。

ほかにも、いろいろな写真がありました。その中に、被爆した人の写真がありました。背中の皮がいつぱいめくれていて、血がいつぱい出ている写真でした。私は、それを見て泣きました。涙がちよっとだけ出ました。

「なんでこんなことをするんやろう。」

と思いながら、じつとその写真を見ました。心がズグズグするような感じがしました。さびているような色でボロボロの三輪車がありました。とう明なガラスの中に入っていました。原爆が落ちる前まで元気に遊んでいたのに、原爆でしんちゃんらは死んでしまった。三輪車だけでも残ってよかったと思いました。原爆や戦争を知らない人でも、その三輪車を見たら、原爆のこわさが分かんと思ったからです。

私は、「戦争なんかしたらあかん」とか、「なんで戦争なんかするんやろう」とか言ったり、書いたりするけど、それだけじゃダメだと思いました。自分の生活を見直さないと意味がないと思いました。それは、ケンカをして「死ね」や「うざい」など、人のいやがることを私も言っていたからです。私は、人が私に悪口を言ってきたら、「そんな言わんといて。」

とか言ってるけど、思えば自分も人の悪口を言っているなと思いました。「死ね」や「うざい」とかは、原爆と一緒しよで人が悲しむようなことなんだと思いました。だから私は、人が悲しむようなことは言いません。



「ハートフルになろう」

市内中学校2年生

休日にショッピングモールへ母と買い物に行きました。駐車場はとても混雑していて、空いているところを探すのが大変でした。入口から一番遠い場所が一台空いていたので、そこへ車を停めました。すると右隣の車の前に車イスののった人が止まりました。母はすぐに車の窓をあけて、

「もう少し車を左へ寄せるので少し待ってくださいね。」と言いました。車イス用の駐車スペースではないので、車と車の間がせまいと車イスの人が不便だと思ったからだそうです。私と母が車から降りてお店に行こうとしたら車イスの男性が母に言いました。「お願いがあります。ひざの上の買い物袋を車の助手席にのせて頂けませんか。」

もちろん母は「いいですよ」と答え、買い物袋から食品が飛び出さないように結び、助手席にのせてあげました。お礼を言われて、私たちはお店に入って買い物したり、休けいしたり。

それからしばらくして車へ戻ると右隣の車イスの男性が運転席で眠っていました。母は日曜日仕事が終わったから買い物に来たけど、身しよう者スペースに車が止められなかったからこんなに店の入口から遠いところへ止めたんだらう。とても暑い日だったから車イスでの移動も体力を使っただらうし、店内も混雑していて大変だったと思う。買い物袋は車イスを動かすため手に持つことができないので、ひざにのせる一つだけ。パンや果物などもペッシャニコに袋に押しこんであつたそうです。身しよう者スペースにおそらく健康な人のものと思われる車がどうどうと停まっています。

今まで何も思わず身しよう者スペースを見てきましたが、今回の出来事でこんなに大事なスペースなんだと気づきました。

(記載の学年は、作成当時のものです。)

7/27
土

映画「あん」上映会

と き 13時30分～15時30分頃 (開場: 13時)

ところ 文化ホール [アザレアホール内] (御所市13)

監督: 河瀬 直美さん
原作: ドリアン 助川さん
主演: 樹木 希林さん

入場無料
申込必要定員200人
《抽選》

現在も残るハンセン病回復者への差別を描いた映画「あん」を通して、生きることの意味とは何かを考えてみませんか。

- ◆対象 市内に在住・勤務している人
- ◆申込方法〈次のいずれか〉 *電話申込は不可
- ①「窓口」…人権センター・図書館・中央公民館・葛公民館・文化交流センターにある所定の用紙に記入のうえ、備え付けの箱に入れてください。
- ②「郵送」…右記の記入方法を参考に通常はがきに記入し、郵送してください。
(はがき1枚で3人まで申込可能)
- ◆申込期間 7月1日(月)～18日(木)〈必着〉
- ◆問い合わせ 人権施策課 ☎65-2210

※抽選の結果は代表者に郵送します。

【はがきの記入方法】

▷宛先 (宛名面)

〒639-2244 御所市柏原235
御所市人権センター「映画」係

▷必要事項 (裏面)

代表者氏名、郵便番号、住所、電話番号
※2人以上で申し込む場合は、申込者全員
の氏名を記入してください。

【主催】 御所市人権教育推進協議会

【協賛】 御所市人権教育研究会、御所市女性対策推進連絡協議会、
御所市地域婦人団体連絡協議会

「御所市人権問題に関する市民意識調査」を実施しました

2018（平成30）年10月に「御所市人権問題に関する市民意識調査」を実施しました。多くのみなさんにご協力をいただき、ありがとうございました。調査結果の一部について、ご紹介します。

- ・調査対象 御所市に住所がある18歳以上の2,000人
（外国籍を有する24人を含む）【無作為抽出】
- ・調査期間 2018（平成30）年10月12日～10月31日
- ・回収状況 有効回収率36.1%

この調査の報告書は市ホームページまたは図書館、中央公民館、葛公民館、人権センターで閲覧できます。

<http://www.city.gose.nara.jp/2294.html>

1. 人権問題に関する学習会等への参加状況について

最近3年間で1回以上参加した人は、「差別をなくす市民集会」が26.5%、「校区・地区別学習会（人権問題講演会等）」が26.7%でした。一方、参加したことがないという人はどちらも70%以上でした。

学習会等への参加は、人権問題への認識を高めるうえで重要な役割を担っています。多くの市民の参加を促すため、周知方法や啓発の仕方を見直し、改善に努めます。

2. インターネット上の差別的な書き込みについて

「書いてある内容が事実である、なしに関わらず、許せない人権侵害だと思う」が65.5%と最も多く、インターネット上の差別的な書き込みに対して、一定の認識があるものと思われます。

インターネット上には、他人への誹謗・中傷や、無責任なうわさ、個人のプライバシーに関する情報の無断掲示、差別的な書き込みやそれを助長するような内容など、いじめや人権侵害につながる情報が拡散され、今もなお増え続けています。このようなインターネット上の情報による誤った認識を防ぐため、削除要請を含めた取り組みを今後も進めていきます。

3. 人権や差別についての考え方について

「差別されている人の声をきちんと聞く必要がある」という設問に肯定意見が83.8%、「人権問題は差別を受けている人の問題であり、自分とは関係がない」という設問には否定意見が82.4%でした。8割以上の人が差別や人権問題の捉え方の基本原則を認識していることが確認できます。

「人権問題を解決する責任は、まず行政にある」という設問には、肯定意見45.9%、否定意見45.6%と、両者はほぼ同数ですが、人権問題の解決は国民的課題であることを踏まえる必要があります。それぞれの立場や活動などによって人権問題解決への責任を果たしていくことを啓発の大きな課題とし、人権施策の構築に努めていきます。

＊ ＊ ま と め ＊ ＊

今後はこの調査結果をさらに分析し、人権施策の推進に活かしていきます。

人権問題は「差別している、されている」に関わらず、市民一人ひとりの課題です。

これを機会に、身近なところから人権問題について考えていきましょう。

第46回 御所市差別をなくす 市民集会

7/6
土

新たな認識から『気づき』と『築き』を！

～豊かな人権文化の創造をめざして～

と き 13時30分～（受付：13時～）

と ころ 文化ホール〔アザレアホール内〕（御所市13）

申込不要・参加無料

【主催】御所市、御所市教育委員会

【協賛】「社会を明るくする運動」御所市推進委員会

〈記念講演〉小説「あん」に込めた
生きることの意味

ドリアン^{すりがわ}助川さん（作家）



7月の各種無料相談日程表

※祝日は開催しません。
※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	4 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	16 火	13:30 ～ 16:00	市役所新館1階 消 費 者 相 談 室		奈良弁護士会 ☎0742-22-2035	
法 律 相 談 【要予約】	10 水	13:00 ～ 16:00				※事前に電話か市民課窓口で 予約（先着6人）
中南和法律相談 【要予約】	26 金	13:00 ～ 16:00	図 書 館 2 階 会 議 室 〔アザレアホール内〕		※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 【要予約】	今月は開催しません			人権施策課 ☎65-2210	※相談日の前日までに電話で 予約（先着6人）	
人 権 相 談	4 18 木	13:00 ～ 16:00	人権センター相談室			
税 務 相 談	11 木	13:30 ～ 16:00	市役所本館2階 会議室5	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 が可能です。	
	毎週 月	10:00 ～ 16:00	葛 城 市 役 所 〔新庄庁舎〕	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 会 社 会 福 祉 協 議 会	御 所 市 会 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			障害者等が抱える問題の相談に 応じます。本人確認書類が必要。	
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 ☎050-3761-3506	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。	

7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 月	檜原、宮戸、西寺田、豊田	19 金	戸毛、奉膳、古瀬、川合
2 火	森脇、東名柄、井戸、佐田、 多田、名柄、南郷、増	22 月	古瀬、奉膳、水泥、朝町、 新田
3 水	関屋、さくらが丘荘園、元町	23 火	重阪、小林
4 木	三室新町、三室、幸町住宅	24 水	小林、櫛羅、東松本
5 金	幸町、宮戸団地、東佐味	25 木	櫛羅、東松本、葛城台団地、 大広町、宮前町、柳田町
8 月	秋津団地、鴨神上、鴨神下、 西佐味	26 金	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、柿ヶ坪町、竹田、 西久保本町、神宮町、 代官町、南中町
9 火	朝妻、僧堂、伏見、高天、林、 北窪、西北窪、西佐味	29 月	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、 檜原、宮戸、東辻
10 水	鳥井戸、林、船路、極楽寺、 五百家、持田、栗阪	30 火	浄化槽清掃（葛城台西）
11 木	小殿、富田、下茶屋、西垣内、 南寺田、條、出走、南郷	31 水	
12 金	室、池之内、今出、緑ヶ丘	8/1 木	檜原、宮戸、西寺田、豊田
13 土	蛇穴、北十三、南十三、 出屋敷、柳原、今城		
16 火	茅原、緑町、玉手、北方、 中方、上方		
17 水	東寺田、本馬、北方、原谷、 上方、今住		
18 木	樋野、戸毛、稲宿		

※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、留守にされる場合は、隣近所の人をお願い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。

(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

知っていますか？

※令和元年度保険料 月額16,410円

国民年金保険料の**免除**制度～令和元年度の免除申請は**7月**から受付開始します～

「国民年金保険料を納めるのが難しい」ということはありませんか？

この**免除制度**は、仕事をやめたり、収入が減ったりして国民年金保険料の納付が困難な人が利用できる制度です。(申請が必要です。)

(いずれも月額) (表1)

保険料免除制度には、保険料の全額が免除される「**全額免除**」と、保険料の一部が免除される「**4分の3免除**」「**半額免除**」「**4分の1免除**」があります。

令和元年度保険料に対するそれぞれの免除額および納付が必要な額は右表のとおりです。

	免除額	納付が必要な額
全額免除	16,410円	—
4分の3免除	12,310円	4,100円
半額免除	8,200円	8,210円
4分の1免除	4,100円	12,310円

免除を受けるための条件

本人・配偶者・世帯主の各自の前年所得が下の計算式の金額以下であれば、免除を受けることができます。退職後2年以内の人は、離職票等の添付があれば、その人の所得審査を除外します。

全額免除	(扶養親族の数+1) × 35万円 + 22万円
4分の3免除	78万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
半額免除	118万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
4分の1免除	158万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等

免除以外にも…◎学生には **学生納付特例制度**◎50歳未満には **納付猶予制度**

があります。

※「納付猶予制度」は、本人と配偶者の前年所得が一定額以下の場合に保険料の納付が猶予される制度です。詳しくは、お問い合わせください。

免除等を申請して承認された場合の、その期間の取り扱い

	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除	学生納付特例・納付猶予	保険料未納
年金を受ける資格期間には	算入される					算入されない
保険料を完納した場合と比べて年金額は	平成20年度以前の免除期間	3分の1で計算	2分の1で計算	3分の2で計算	6分の5で計算	計算されない
	平成21年度以降の免除期間	2分の1で計算	8分の5で計算	4分の3で計算	8分の7で計算	計算されない
障害・遺族基礎年金を受ける場合	保険料納付済期間と同じ扱い					受給できない場合あり
後から保険料を納付する場合	10年以内なら追納できる☆					追納できない

☆**追納**する保険料は、免除等が承認された期間の翌年度から起算して3年度目以降に追納する場合、承認された期間の保険料額に経過期間に応じた**加算額**が**上乗せ**されます。

《追納には、申込後に送付する納付書が必要です。ご希望の人は大和高田年金事務所まで。》

※『**4分の3免除**』『**半額免除**』『**4分の1免除**』が承認された場合でも、免除承認後の**納付が必要な額**(表1)を納付しなければ、その承認期間は**保険料未納期間**となりますので、ご注意ください。

◆免除等の承認期間 **7月から翌年6月まで**

▷審査結果(承認・却下)は、日本年金機構から郵送でお知らせします。

◆免除等の申請方法 **年金手帳・印鑑等**を持参のうえ、**市役所 市民課 庶務係**〔新館1階〕へ。◆問い合わせ **大和高田年金事務所 ☎22-3531** または **市役所 市民課 ☎内線253**
日本年金機構ホームページ <http://www.nenkin.go.jp/>

空き家のことで悩みや不安をお持ちの人へ

**費用
無料**

●対象 空き家の維持管理や処分にお悩みの人、持ち家の将来に不安がある人

空き家個別相談会

御所市開催

- ◆開催日 7月26日(金)・9月27日(金)・11月22日(金)・
令和2年1月24日(金)・3月19日(木)
- ◆時間 13時30分～16時10分(1組40分)
- ◆場所 市役所 新館3階 会議室B
- ◆内容 空き家の管理や利活用、
解体などに関する相談
- ◆相談対応
特定非営利活動法人 空き家コンシェルジュ
- ◆定員 各日4組
- ◆申込方法 各開催日の2日前までに、電話でまち
づくり推進課へ。市ホームページからも申し込
みできます。
- ◆申し込み・問い合わせ
まちづくり推進課 電内線325
[受付：8時30分～17時15分 (土/日/祝休を除く)]
☎<http://www.city.gose.nara.jp/2015.html>



空き家セミナー&相談会

檜原市開催

- ◆開催日 7月13日(土)
- ◆開催内容・時間
- 《セミナー》13時～14時(申込不要)
- 《相談会》14時15分～16時15分(申込必要)
- ◆場所 今井まちなみ交流センター「華薨」
(檀原市今井町2の3の5)
- ◆主催 檀原市、空き家コンシェルジュ
- ◆後援 奈良県
- ※常設の相談(下記)も実施しています。
- ◆申し込み・問い合わせ
- 特定非営利活動法人 空き家コンシェルジュ
檀原相談窓口(檀原市小房町9の32)
[受付:9時～17時(日祝休を除く)]
- ☎☎0744-35-6211
- ✉akiyaconcierge@zeus.eonet.ne.jp
- 🌐<http://www.akiyaconcierge.com/>

消費生活アドバイザー



還付金詐欺に注意！

ATMで還付金はもらえません

【事例】
（60歳代 女性）

市役所職員を名乗る者から「残高が百万円以上ある通帳で手続きすれば、還付金2万8千円が振り込まれる」との電話があったので、通帳を持ってスーパリーのATMへ行った。

指示された番号に電話し、教えられた暗証番号982337を入力した。ATMを操作後、残高を確認したところ、98万2337円が他人の口座に振り込まれてしまっていた。

【アドバイス】

▽
「お金が返って



くるのでATMへ行くように」という電話があったら、還付金詐欺です。相手にせず、すぐに電話を切ってください。

▽市役所職員や金融機関などの職員が電話でＡＴＭの操作を指示することは絶対にありません。

▽金融機関店舗のＡＴＭではなく、周囲の目つきにくいスーパーなどのＡＴＭへ誘導するケースが多く見られます。

▽ATMを操作する際に「暗証番号」

「受付番長」などの名目で、巧妙に振込金額を入力させ、まるで本当に還付手続きをしているかのよう
に言葉巧みに錯覚させます。

✱
✱
✱
✱
✱
✱

●「お金が返ってくる」などという電話があったら、すぐに警察や消費生活相談窓口にご相談ください。

《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》
☎1888

近隣で開設中の相談窓口につながります。

《警察総合相談》
☎ #9110

◆問い合わせ 市民課 ☎内線242



国保・後期高齢者医療に
ご加入のみなさん

保険証の更新時期です！

国保は世帯主へ

後期高齢者医療は被保険者へ「簡易書留郵便」でお届けします。

8月から使用する保険証（国民健康保険被保険者証・後期高齢者医療被保険者証）を、7月下旬に送付します。

8月以降に医療機関にかかるときは、新しい保険証を使ってください。



◇保険証は1人に1枚交付します◇

保険証は1人に1枚のカード型です。被保険者全員分が届いているか確認してください。

▶保険証の有効期限は、毎年7月31日です。

令和2年7月までに70歳または75歳を迎える人、国保税や後期高齢者医療保険料に滞納がある世帯の人、その他の理由などで有効期限が異なる場合があります。

★「簡易書留」は、郵便物が直接手渡されます。

★不在の場合は、不在連絡票が投函されます。

郵便局での保管期間内に郵便局へ再配達のご連絡をいただき、都合の良い日時にお受け取りください。保管期間を過ぎると差出人（市役所保険課）に戻されます。



国保（70～74歳）の
みなさん

高齢受給者証と保険証が1枚になります

70～74歳の人に保険証とは別に交付しています「高齢受給者証（はがきサイズ）」は保険証と一体化し、「被保険者証兼高齢受給者証」として発行します。医療機関では、この保険証を提示してください。

「被保険者証兼高齢受給者証」は70歳の誕生日の翌月（1日生まれの人は当月）から対象になります。対象月の前月に、世帯主へ簡易書留郵便でお届けします。

奈良県		有効期限 令和2年 7月31日	
国民健康保険被保険者証		記号 奈8 番号	
兼高齢受給者証			
氏名		性別	
生年月日		負担割合	割
適用開始年月日			
交付年月日	令和元年 8月 1日		
発効期日	令和元年 8月 1日		
世帯主氏名			
住 所			
保険者番号 290080		交付者名 御所市	

◇国保税を滞納していると・・・◇

国保税を納期から1年経過後も滞納している場合は、災害等の特別な事情がある場合を除き、保険証の代わりに「被保険者資格証明書（※）」を交付することになっています。

※「被保険者資格証明書」が交付されると

医療機関にかかるときは、この証明書を窓口で提示し、保険適用前の医療費（10割）を負担します。後日、保険課への申請によって自己負担額を除いた分を返還しますが、これは原則として未納分の国保税に充てられます。また、国保から支給される療養費や高額療養費などの給付の全部または一部も差し止めとなります。

納税相談によって分納する場合

有効期間が短い「短期保険証」（高校生世代以下の子どもは除く）を交付し、その後の国保税の納付状況に応じて有効期限を改めて設定します。必ず収税課で納税相談を受けていただき、誓約した内容は確実に履行していただきますようお願いいたします。

「被保険者資格証明書」を交付されている人で、依然として滞納がある場合

引き続き、「被保険者資格証明書」（高校生世代以下の子どもは除く）を交付します。

お知らせ

令和元年度 国民健康保険税のお知らせ

■問い合わせ 税務課 ☎内線546 🌐<http://www.city.gose.nara.jp/2327.html>

★国民健康保険税率および賦課限度額が変わります。

国民健康保険税の税率および賦課限度額を、下表のとおり改定します。

	医療分	支援金分	介護分
所得割率	7.7%	3.4%	3.5%
均等割額	26,700円	11,300円	19,500円
平等割額	20,000円	8,400円	—
限度額	580,000円	190,000円	160,000円

※国民健康保険税の税額は、所得に応じて賦課する『所得割』、人数に応じて賦課する『均等割』、世帯ごとに定額で賦課する『平等割』の合計額で算出します。
合計額が限度額を超える場合は、限度額が税額となります。

★均等割額・平等割額の軽減措置を拡充しました。

税制改正により、前年中所得が一定額以下の世帯の負担軽減を目的として均等割額・平等割額の5割軽減および2割軽減を判定する軽減基準所得を引き上げました。軽減基準所得が右表の金額以下の場合、均等割額・平等割額をそれぞれの割合で軽減します。

	軽減基準所得
7割軽減	33万円
5割軽減	33万円 + (28万円 × 国保被保険者数)
2割軽減	33万円 + (51万円 × 国保被保険者数)

※国保被保険者数には特定同一世帯所属者（国保から後期高齢者医療へ移行した人）も含まれます。

※所得の申告をしていれば、自動的に軽減判定を行いますので申請は不要です。ただし、世帯内に未申告者がいる場合は、たとえ所得がなくても軽減対象とはなりません。

国民健康保険税納税通知書は、7月10日(水)に発送予定です。

限度額適用（・標準負担額減額）認定証の有効期限は7月31日です

8月から有効の新しい認定証が必要な人は、7月25日(木)以降に下記のものを持って、保険課〔市役所新館1階〕で申請してください。

- 印鑑（認印） ○国保の保険証
- 世帯主、被保険者、申請人のマイナンバー（「個人番号カード」または個人番号の「通知カード」）
- 申請人の本人確認書類（顔写真入りは1種類、顔写真なしは2種類）

「限度額適用認定証」とは…
医療費が高額になる場合に、事前にこの認定証の交付を受け、医療機関窓口にて提示することにより、同一医療機関等での各月の支払い額が限度額までとなります。
所得区分により、交付する人と交付しない人があります。
国保税を滞納している世帯の人には交付できません。

すでに社会保険に加入しているのに、国保の保険証が届いたら…

社会保険に加入しても、自動的に国保の資格は喪失しません。資格喪失の届け出をしないと、引き続き国保税が請求されます。社会保険に加入したら、必ず下記のものを持って、保険課〔市役所新館1階〕で資格喪失の届け出をしてください。

- 印鑑（認印） ○社会保険の保険証
- 国保の保険証・・・現在お使いの保険証と新しく届いた保険証の両方
- 世帯主、被保険者、届出人のマイナンバー（「個人番号カード」または個人番号の「通知カード」）
- 届出人の本人確認書類（顔写真入りは1種類、顔写真なしは2種類）



保険課〔市役所新館1階〕 ☎内線256

後期高齢者医療の保険料（令和元年度）

◆問い合わせ 保険課 ☎62-3001（内線252） Ⓜ <http://www.city.gose.nara.jp/0150.html>

後期高齢者医療の保険料は、被保険者一人ひとりに課されます。

被保険者全員が等しく負担する「均等割額」と所得に応じて負担する「所得割額」からなり、「均等割額」と「所得割額」の合計が『保険料（年額）』になります。

均等割額	+	所得割額 ※前年所得に基づき算出します。 ※マイナスの場合は0と算定します。	=	保険料（年額）
45,200円		（総所得金額等－330,000円）×8.89%		限度額 620,000円

一部の人は、4月から保険料を仮徴収させていただいていますが、7月に今年度の保険料額を決定したうえで、仮徴収額と精算し、本徴収の額を決めます。

◆◆保険料の軽減措置があります◆◆

■均等割額の軽減

同一世帯内の後期高齢者医療被保険者と世帯主の総所得金額等の合計額	軽減割合
33万円以下	8.5割
33万円以下で、後期高齢者医療被保険者全員の各所得が0円〈年金収入は80万円以下〉	8割
【33万円＋（28万円×被保険者の数）】以下	5割
【33万円＋（51万円×被保険者の数）】以下	2割

※軽減に該当するかどうかを判断するときの総所得金額等には、専従者控除、譲渡所得の特別控除は適用しません。

※65歳以上の公的年金受給者は、軽減判定において年金所得から15万円を控除します。

※世帯主が被保険者でない場合でも、その世帯主の所得が軽減判定の対象となります。



■職場の健康保険などの被扶養者であった人の保険料の軽減

後期高齢者医療に加入する日の前日において、「職場の健康保険や共済組合の被扶養者」であった人は、2年間に限り均等割額が5割軽減され、所得割額は課されません。

※均等割額の軽減は8.5割軽減、8割軽減を優先します。

*上記の軽減措置を受けるには、税法上の申告義務のない人（障害年金・遺族年金等受給者や被扶養者および所得のない人）であっても、税務課〔市役所本館1階〕で所得の申告を行う必要があります。所得の確認ができていない被保険者は、申告の必要はありません。

『後期高齢者医療保険料納入通知書』は、7月11日(木)頃に発送予定です。

働くみんなに、
今こそ確かな安心を。

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

県内看護職の就職・転職に役立つ情報をお届けします。

◆日時 8月9日(金) 12時30分～15時30分

◆場所 奈良県看護研修センター
(橿原市四条町288の8) ※駐車場有料

◆内容 求人施設の紹介、個別相談、採血実技演習

☆復職支援研修「褥瘡のケア」も同日開催(9時30分～11時30分)

◆申込方法 電話で左記へ。

◆申し込み・問い合わせ
(公社) 奈良県看護協会 奈良県ナースセンター ☎0744・25・4031

参加無料

看護職ミニ就職相談会

お知らせ

65歳以上の人の介護保険料（令和元年度）

◆問い合わせ 保険課 ☎62-3001（内線252） □ <http://www.city.gose.nara.jp/0154.html>

介護保険は、介護を必要としている人を社会全体で支え合う理念に基づく社会保険制度です。
みなさんが納める介護保険料は、介護サービスの提供や介護予防事業の充実などにあてられます。
介護保険料は、本人と世帯の課税状況や所得に応じて負担していただくことになっていますので、
みなさんのご理解とご協力をお願いします。

あなたの介護保険料は？

今年度の介護保険料は下表のとおりです。

市民税非課税世帯（保険料所得段階が第1～3段階）の人の負担は、
昨年度よりも軽くなります。

『介護保険料納入通知書』は、
7月9日（火）頃に発送予定です。



▶第1号被保険者（65歳以上）の介護保険料額

所得段階	対象者	計算方法	年額（円）	月額（円）
第1段階	- 生活保護を受給している人 - 老齢福祉年金受給者で、本人および世帯全員が市町村民税非課税の人 - 世帯全員が市町村民税非課税者で、本人の前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80万円以下の人	基準額 ×0.375	29,200	2,438
第2段階	世帯全員が市町村民税非課税者で、本人の前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80万円を超え120万円以下の人	基準額 ×0.625	48,700	4,063
第3段階	世帯全員が市町村民税非課税者で、本人の前年の合計所得金額＋課税年金収入額が120万円を超える人	基準額 ×0.725	56,500	4,713
第4段階	世帯に市町村民税課税者があり、本人が市町村民税非課税者で、本人の前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80万円以下の人	基準額 ×0.9	70,200	5,850
第5段階	世帯に市町村民税課税者があり、本人が市町村民税非課税者で、本人の前年の合計所得金額＋課税年金収入額が80万円を超える人	基準額	78,000	6,500
第6段階	本人が市町村民税課税者で、前年の合計所得金額が120万円未満の人	基準額 ×1.2	93,600	7,800
第7段階	本人が市町村民税課税者で、前年の合計所得金額が120万円以上200万円未満の人	基準額 ×1.3	101,400	8,450
第8段階	本人が市町村民税課税者で、前年の合計所得金額が200万円以上300万円未満の人	基準額 ×1.5	117,000	9,750
第9段階	本人が市町村民税課税者で、前年の合計所得金額が300万円以上400万円未満の人	基準額 ×1.7	132,600	11,050
第10段階	本人が市町村民税課税者で、前年の合計所得金額が400万円以上800万円未満の人	基準額 ×1.9	148,200	12,350
第11段階	本人が市町村民税課税者で、前年の合計所得金額が800万円以上の人	基準額 ×2.1	163,800	13,650

介護保険料の納め忘れはありませんか？

納め忘れてしまうと、未納の期間に応じて利用者負担が引き上げられたり、高額介護サービス費などが受けられなくなります。介護が必要になったとき、安心して介護サービスを利用できるよう、保険料の納め忘れがないようにしましょう。納期内の納付が困難な場合は、保険課へご連絡ください。分割納付などにより完納していただけるよう、ご相談に応じます。

参考

◇40歳～64歳の人〈第2号被保険者〉の介護保険料は・・・

加入している健康保険ごとに定められた算定方法で決められ、健康保険料（税）として納めます。
詳しくは、ご加入の健康保険へお問い合わせください。

7/20
土***現代マナー講師による***
訪問応接のマナー講座

知っているようで、いざとなると自信が持てない「マナー」。
この講座では、玄関の上がり方、客間に通されたときの上座と
下座、ドアやふすまの扱い方などを学びます。
心を磨き、教養を培い、さりげない気品を身につけませんか！



【講師】
高橋 恵美さん
♥現代マナー講師/
ビジネスマナーインストラクター

- ◆対象 市内に在住または勤務する16歳以上の人
(乳幼児を連れての参加はご遠慮ください。)
- ◆日時 7月20日(土) 14時～16時(予定)
(13時30分～受付)
- ◆場所 葛公民館(戸毛979の1)
- ◆持ち物 筆記用具
- ◆申込方法 7月1日(月)～16日(火)に電話で下記へ。
- ◆申し込み・問い合わせ 葛公民館 ☎67-1896
〈受付時間：8時30分～17時15分(土・日・祝を除く)〉
🌐 <http://www.city.gose.nara.jp/2373.html>

**参加無料
申込必要**

**定員
なし**

水道メーター 取替作業にご協力ください

各家庭に設置している水道メーターは、耐用年数(8年)が経過する
ものから、順次取替作業を行っています。事前にチラシを配布のうえ、
作業員が訪問しますので、ご協力をお願いします。
メーターは貸与となっていますので、費用は無料です。

◆問い合わせ
水道局お客様センター
☎62-1591

～葛城の歴史を知ろう～

令和元年度 第2回「葛城を知ろう」
歴史学習会を開催します。お気軽に
ご参加ください。

7/20
土

- ◆日時 7月20日(土) 13時30分～
- ◆場所 アクアセンター 2階 大会議室(僧堂333)
- ◆演題 いま
神仏の坐す聖地 御所・葛城
～ざっくりわかる! 90分講座～
- ◆講師 奈良まほろばソムリエの会
専務理事 鉄田 憲男さん



- ◆主催・問い合わせ
きらめき
かづらき煌ネットワーク事務局
☎090-8797-8433(細川)

**参加無料
申込不要**

**かもきみの湯
こども無料入浴**7/20
土

10時～23時
(最終受付22時)

この日に限り、御所市に住所がある
小学生以下の人^が無料で入浴できます。
(保護者の同伴が必要です。〈有料〉)

◆お願い 保険証など、対象者である
ことを確認できるもの(コピー不可)
を受付で提示してください。

◆場所・問い合わせ
かもきみの湯(五百家333) 御所市民
☎66-2641 限定

お知らせ

中央公民館 ～教室・クラブ・サークル からの お知らせ～

御所市民混声合唱団

☆歌声喫茶『歌楽』

ピアノとギターの伴奏に合わせて、童謡や唱歌、懐かしの青春歌謡などを一緒に歌いませんか♪

◎日時 7月13日(土) 13時～16時

☆『ハモってみましょう』コンサート

みなさんもお存じの曲ばかり。会場のお客さんもハモリ(合唱)を体験できます。

◎日時 9月1日(日)
14時～16時

【1部】ミニコンサート
【2部】合唱体験コーナー

いずれも

◆場所 中央公民館(元町382の1)

☆歌詞をスクリーンに映し出します。
飲み物も用意しています♪

◎問い合わせ 御所市民混声合唱団
☎090-3487-7471(岡本)

入場
無料

琴クラブ

☆夏休み『琴』体験学習

～「子」と「琴」で「事」を知ろう！～

日本の伝統的な楽器「琴」になじみのない子どもたちに日本の文化や歴史に親しんでもらえるよう、琴の体験学習を開催します。保護者も一緒にご参加ください。

◎日時 7月27日(土) 10時～

◎場所 中央公民館(元町382の1)

◎申込方法 7月20日(土)までに、電話で中央公民館へ。

※必要な道具はクラブで準備します。

参加
無料



琴クラブの活動に興味がある人は、ぜひ見学にお越しください。

◆活動日時 第2・4金曜日 13時～

◆指導 西口 文子

◎問い合わせ 中央公民館 ☎62-1681

市民のみなさんの生涯学習・生きがいづくりの場として、中央公民館、文化交流センター、葛公民館で教室を開講しているほか、クラブや自主サークルの活動を支援しています。詳しくは、下記まで。

◆問い合わせ

生涯学習課 ☎62-3001(内線692)
文化交流センター ☎43-7177

中央公民館 ☎62-1681
葛公民館 ☎67-1896

市民スポーツ大会 結果

4月9日～28日に、御所市民スポーツ大会(御所市体育協会主催)が開かれ、10競技にのべ366人が参加しました。

各競技の優勝者(チーム)は以下のとおりです。(順不同・敬称略)

〈ゲートボール〉金剛菊チーム

〈ソフトボール〉サウザンズホークスA

〈バレーボール〉御所クラブ

〈ソフトバレーボール〉エースB

〈軟式野球〉御所リトルクラブ

〈空手・形試合〉

○初級の部 坂下 陽斗

○中級の部 高橋 寿々菜

○上級(茶帯)の部 高橋 楓菜

○上級(黒帯)の部 高橋 初菜

〈空手・組手試合〉

○初級の部 尾上 陽真

○中級の部 西川 幸佑

○上級の部 高橋 初菜

〈ボウリング〉寺尻 誠仁(※最高スコア)

〈ペタンク〉中島 登、山崎 喜美子

〈グラウンドゴルフ〉明神 千代子

〈ソフトテニス〉

○一般男子の部 豊川・中井

○男子シニアの部 山本・前田

○女子の部 辻本・天野

◆問い合わせ 生涯学習課 ☎内線695



金曜カフェ つどい



どなたもお気軽に
お越しください

7月のイベント（毎週金曜日）

♣️場所 貸教室ウエダ
(御所市122〈新地商店街東〉)

参加無料
申込不要



◆問い合わせ
高齢対策課
☎内線453

日	時間	イベント内容
5	10:00 ~ 11:00	うたごえ喫茶なごみ
	11:00 ~ 12:00	似顔絵コーナー
12	9:10 ~ 9:40	いきいき百歳体操
	10:00 ~ 11:30	認知症サポーター養成講座
	13:00 ~ 14:00	認知症や介護について語る会
19	9:10 ~ 9:40	いきいき百歳体操
	10:00 ~ 12:00	太極拳・ストレッチ教室
	13:00 ~ 14:00	御所音頭
26	9:10 ~ 9:40	いきいき百歳体操
	10:00 ~ 12:00	社交ダンス教室
	13:00 ~ 14:00	おりがみ教室



第48回 奈良県高齢者 美術展 作品募集

◆出品資格 県内在住で昭和36年4月1日以前生まれのアマチュアの人

◆出品種目 日本画、洋画、書、工芸、手芸、写真（6部門）

◆出品作品 創作未発表の作品で1部門に1人2点まで。

◆出品手数料 1点1000円
※主催者が指定する口座に振り込んでください。

（振込手数料は出品者負担）

◆申込方法 7月16日(火)までに、高齢対策課 高齢対策係（市役所本館2階）へお越しください。申込書の配付、手数料振込先の案内などをします。

*
*



《美術展を開催します》

▽期間 8月30日(金)～9月4日(水)
(月曜日は休館)

▽時間 9時～17時

▽場所 奈良県文化会館 展示室
(奈良市登大路町6の2)

* * * * *

◆問い合わせ

高齢対策課 ☎内線456

高齢者ふれあいの集い ステージ出演者募集！

『高齢者ふれあいの集い』のステージを盛り上げてくださる団体を募集します。

●高齢者ふれあいの集い

◇日時 10月19日(土) 〔午前の部〕 9時30分～11時50分
〔午後の部〕 13時30分～15時50分

◇場所 文化ホール「アザレアホール内」(御所市13)

◆応募条件 市内で活動している団体で、午前・午後の両方に出演できること。(構成員の年齢は問いません。)

◆出演時間 1団体15分ほど
(準備・片付けを含む)

◆定員 3団体

※同じ演目は1団体まで。

◆応募方法

電話または直接左記へ。
※応募多数の場合は抽選。

(抽選日時は別途連絡)

◆応募期間 7月31日(水)まで。

〔受付…8時30分～17時15分(土)(日)祝を除く〕

◆応募・問い合わせ

高齢対策課（市役所本館2階）☎内線456



お知らせ

健全な財政運営のために

■問い合わせ

収税課〔市役所本館1階〕☎内線542

市税の納期内納付にご協力をお願いします

市税は、市民の暮らしを支える大切な財源ですので、納期内に納付していただきますようご協力をお願いします。市では、税の公平性を保つため、市税の納期を守らない人への滞納整理を進めています。

★納期内の納付が困難な人、分割納付を希望する人は、収税課へご相談ください。



- ▷ 納期限を過ぎた市税を納付するときは、収税課へお越しください。
- ▷ 納期限を過ぎた市税には、督促手数料（＊1）や延滞金（＊2）が加算される場合があります。
- ▷ 督促手数料や延滞金を含めた市税の滞納を放置していると、滞納処分（＊3）の対象となりますので、ご注意ください。

- ＊1. 督促手数料…納期限後20日以内に督促状を発送します。この督促状で督促手数料をあわせて納めていただきます。
- ＊2. 延滞金…本来の税額に利率を乗じた額の延滞金を納めていただきます。
- ＊3. 滞納処分…督促後も納付がなく、納付相談に応じない、納付誓約を守らないなど、完納に向けて滞納整理が進まないときは、預貯金や給与等の財産を差し押さえます。

7月の納税等

《納期限・口座振替日》

7月31日(水)

★忘れずに納付してください★

固定資産税・都市計画税 第2期

国民健康保険税（普通徴収分） 全期・第1期

担当窓口 収税課〔市役所本館1階〕☎内線548

介護保険料（普通徴収分） 全期・第1期

後期高齢者医療保険料（普通徴収分） 全期・第1期

担当窓口 保険課〔市役所新館1階〕☎内線252

☆納期内であれば、コンビニでも納付できます。

☆口座振替にすると、納め忘れがなくなり大変便利です。

葛城税務署

相続税・贈与税・譲渡所得に関する無料相談

◎来署による相談〈事前予約制〉

- 日時 水・金曜日（祝を除く）
- 予約・問い合わせ 葛城税務署 資産課税部門 ☎22-2809

▼他にも下表のとおり相談を実施しています。（いずれも祝（休）を除く）



相談先	相談日時	相談形式	予約・問い合わせ
近畿税理士会葛城支部	火曜日 13時～16時	面接	☎22-5288 (月)・(水)～(金) 10時～12時・13時～16時
(公社) 葛城納税協会	月・木曜日 13時～16時	面接 〈予約制〉	☎22-6071 (月)～(金) 9時～12時・13時～17時
近畿税理士会もしも税金相談室	月～金曜日 10時～16時	電話	☎050-5520-7558



市営住宅入居者募集

◆募集住宅 サン緑町 3LDK
※単身世帯は申し込みできません。

◆募集戸数 1戸

◆申込用紙の配付と申込受付

▽期間 7月8日(月)～22日(月)

(土)(祝を除く8時30分～17時15分)

※募集戸数を上回った場合は抽選となります。

▽場所 住宅課(市役所新館2階)

◆問い合わせ 住宅課 ☎内線563

EMボカシ作製会

EMボカシは、米ぬかなどをEM(有用微生物群)で発酵させたものです。このEMボカシと密閉容器さえあれば、自宅の生ゴミを短期間で手軽に良質の有機肥料に変えることができます。この機会にEMボカシの作り方を学んでみませんか。

◆対象 市内に住所がある人

◆日時 7月17日(水) 14時～15時

◆場所 葛公民館 駐車場

(戸毛979の1)

◆講師 未来の環境を考える会

榎原昭さん、岡元安雄さん

◆定員 30人

参加無料

◆持ち物 ゴミ袋(黒色45ℓ)1枚
(EMボカシ持ち帰り用)

※屋外作業です。各自で熱中症対策をお願いします。(雨天中止)

◆申込方法 7月12日(金)まで(土)(日を除く)に電話で左記へ。

◆申し込み・問い合わせ

環境政策課(グリーンセンター内)

☎66・1087

公共職業訓練生募集

◆対象 再就職を希望する人

(③④は45歳以下)

◆訓練科

①機械CAD技術科

②住宅リフォーム技術科

③CAD/NC技術科デュアル

④電気設備技術科デュアル

(③④はビジネススキル講習付き)

◆訓練期間 9月～令和2年2月

(③④は3月まで)

◆訓練場所 ポリテクセンター奈良

※無料駐車場あり(橿原市城殿町433)

◆定員 ①②各5人、③④各11人

◆受講料 無料(教科書代等は実費)

◆募集期間

7月1日(月)～8月2日(金)

◆申し込み・問い合わせ

ポリテクセンター奈良

☎0744・22・5226



ならジョブカフェセミナー

アットホームな雰囲気です。就職活動のコツが学べる参加型セミナーです。

◆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

①8月1日(木)：グループディスカッション&グループワーク

②8月9日(金)：面接対策セミナー

③8月16日(金)：コミュニケーション力アップセミナー

④8月22日(木)：仕事の見つけ方セミナー

◆時間 13時30分～16時30分

(④のみ9時50分～11時50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 各日先着10人程度

◆申込方法 7月11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。ホームページからも申し込みできます。

◆申し込み・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>

参加無料

お知らせ

マイナンバーカード

申請&交付 休日窓口

◆日時 7月28日(日) 9時～12時

◆場所 市民課(市役所新館1階)

●住民票等コンビニ交付サービスを休止します●

◆休止日 7月17日(水)

*この日はシステムメンテナンスのため、マイナンバーカードを使った住民票等のコンビニ交付はできません。

◆問い合わせ 市民課 ☎内線248

▼御所市・葛城市合同企業説明会 参加企業募集

市内の企業（事業所）と求職者のマッチングの場を創出するため開催します。ぜひご参加ください。

◆対象 令和2年度に採用予定のある市内企業

◆日時 10月12日(土)

10時～11時30分、13時～14時30分

◆場所 道の駅かつらぎ

(葛城市太田1257)

☆参加無料（関連経費は負担あり）

◆申込方法 参加申込書を郵送またはEメールで左記へ。参加申込書は農林商工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。

◆申込締切日 7月12日(金) 17時

◆申し込み・問い合わせ ☎639-2298 御所市1の3

御所市農林商工課 ☎内線642

✉ syoukou-kigyou@city.gose.nara.jp

🌐 <http://www.city.gose.nara.jp/>

2366.html

▼あなたを待ってる

☆しごとコーナー

ハローワークが開設する福祉・運輸・建設・警備の人材活躍支援対策窓口です。マンツーマン相談、資格取得・職業訓練の相談、応募・面接のアドバイスなどを行っています。ぜひご利用ください。

◆利用時間 月～金曜日

8時30分～17時15分(祝休を除く)

◆場所・問い合わせ

ハローワーク大和高田

(大和高田市池田574の6)

☎52・5801(41#)

利用
無料

▼海上保安官募集

《海上保安大学校学生》

◇対象 高校または中等教育学校を卒業後2年以内の人(平成31年4月1日時点)、および令和2年3月までに卒業見込みの人

◇第1次試験 10月26日(土)・27日(日)

◇応募受付期間

8月22日(木)～9月2日(月)

《海上保安学校学生》

◇対象 高校または中等教育学校を卒業後5年以内の人(平成31年4月1日時点)、および令和2年3月までに卒業見込みの人

◇第1次試験 9月22日(日)

◇応募受付期間

7月16日(火)～25日(木)

※詳細はお問い合わせください。

◆問い合わせ

大阪海上保安監部管理課

☎06・6571・0221



▼相続・遺言手続き支援 無料相談会

相続の手続き、相続トラブル、遺言書の作成など、相続に関するすべての相談に応じます。

【御所会場】13時30分～16時

◇相談日「予約優先」

〈7月〉3日(水)・17日(水)・31日(水)

〈8月〉7日(水)・21日(水)

〈9月〉4日(水)・18日(水)

◇場所 御所市社会福祉協議会

(御所市760の3)

【大和高田会場】13時30分～16時

◇相談日「予約優先」

〈7月〉10日(水)・24日(水)

〈8月〉14日(水)・28日(水)

〈9月〉11日(水)・25日(水)

◇場所 市民交流センターコスモスプラザ(大和高田市片塩町12の5)

◆予約方法 電話で左記へ。

◆予約・問い合わせ

行政書士(森田) ☎65・1699

行政書士(西村) ☎76・3480

◎7月のテレビ経営相談◎

◆日時 19日(金) 10時～16時

◆場所 市役所本館2階会議室5

◆予約・問い合わせ

農林商工課 ☎内線642

相談
無料

第32回

サンダル履物コンテスト
デザイン画を募集します！

テーマ

Wish in the first year

(ウィッシュ イン ザ ファースト イヤー)

- 元年に願念 -

◇デザイン画の募集規格

▷サイズ B4サイズ程度
(257mm×364mm)

▷出展数 1人3点まで

▷着色 色彩も重要な審査対象

▷デザインの対象

男・女用、子ども・大人用、
季節等は問いません。第31回
サンダル履物
コンテスト
実行委員長賞
受賞作品

◇募集期間 7月1日(月)～9月9日(月) [期間内必着]

◇募集部門

- 一般部門…高校生以上の人(学生・一般は問いません)
- ジュニア部門…中学生

◇応募方法

出展票に必要事項を記入して作品裏面に貼付し、下記へ郵送または直接持参してください。出展票は市ホームページからダウンロードできます。

🌐 <http://www.city.gose.nara.jp/2369.html>

第34回 地場産品展示・即売会 出店者募集

◆開催日 11月2日(土)・3日(日) ◆場所 産業振興センター

市内・県内の良質な地場産品をみなさんに安価で提供し、地場産品の需要拡大を図るため、市内企業や個人商店の出店を募集します。
詳しくは産業振興センターへお問い合わせください。



募集期間 7月1日(月)～31日(水)

※応募多数の場合は抽選等で決定します。

🌐 <http://www.city.gose.nara.jp/2364.html>

◇応募・問い合わせ

〒639-2301 御所市元町1の1 御所市産業振興センター内

「サンダル履物コンテスト実行委員会」☎62-1688 ☎62-0906

御所市 農産物PR即売会

御所市でとれたオクラやスイカなど新鮮でおいしい夏野菜を一堂に集め、販売します。
金剛葛城山麓のきれいな水と豊かな土壌で育った御所野菜の魅力を再発見してみませんか！
ぜひ、お越しください。

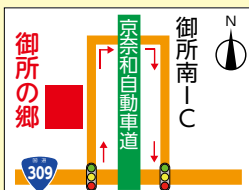
◎とき 7月28日(日)

10時～15時

※商品がなくなり次第終了

◎ところ 御所の郷 (室533)

〔京奈和自動車道 御所南パーキングエリア内〕



■問い合わせ 農林商工課 ☎内線613

第5回 はがきの名文コンクール

願い事をはがきに書いて、郵便ポストへ。



テーマ 一言の願い

応募方法

はがきに、20字以上200字以内の日本語の文章で願い事を綴ってください。

※差出人の欄に住所、氏名、年齢、性別を明記してください。

※日本語の一部としてであれば、算用数字、ローマ数字、アルファベットも使用できます。手書き、パソコン入力など、書き方は問いません。

※写真や絵があっても構いませんが、審査の対象とはなりません。

※1人何枚でも応募できます。

※応募されたはがきはお返ししません。

選考委員

五木寛之（作家）

村山由佳（作家）

齋藤孝（教育学者・明治大学教授）

応募先

御所市名柄326の1
郵便名柄館
「はがきの名文コンクール」

62 差出人の住所（郵便番号）
氏名（年齢）・性別

応募締切日 8月9日（金）

（当日消印有効）

表彰

投函されたはがきを拝読し、胸を打つ願いが綴られたはがき、あるいは巧みな表現で願いが書かれたはがきの差出人を表彰します。（最終選考は9月上旬を予定）

●大賞 1人（賞金 100万円）

●佳作 10人（賞金 10万円）

●日本郵便大賞 10人

（ふるさと小包を毎月1回1年間贈呈）

●郵便名柄館賞 10人

（御所市の名産品セット贈呈）

【郵便名柄館】

現存する木造洋風の郵便局舎としては、全国で最も古い建物の一つ。平成27年5月、開局当時のレトロでモダンな姿へと復元されました。願い事を書いたはがきはここに届きます。

詳しくはWEBで

「はがきの名文」で検索

■主催・問い合わせ

はがきの名文コンクール実行委員会

☎03-6272-5439〈受付：10時～16時（土・日・祝を除く）〉

■協力 日本郵便株式会社、御所市、堺屋記念財団

不燃ごみ・粗大ごみの 収集方法が変わります！

令和2年4月から

☆自治会ごとに説明会を開催しています

お住いの自治会から開催案内が届きましたら、日時と場所を確認のうえ、ご参加ください。



◆問い合わせ
環境業務課〔クリーンセンター内〕
☎66-2539

命を守るための重要なお知らせです！

〈水害・土砂災害の防災情報の伝え方が変わりました〉

今年から、**5段階の警戒レベル**を用いた防災情報が発令されます。
御所市が出す〈避難情報〉と**気象庁や奈良県が出す〈防災気象情報〉**を確認し、早めに避難を始めましょう。

〈避難情報等〉

警戒レベル	避難情報等	あなたがとるべき行動
御所市発令	レベル 5 災害発生情報 ★1	すでに災害が発生しています。 命を守るため最善の行動をとりましょう。
	レベル 4 避難勧告または 避難指示 (緊急) ★2	速やかに避難先へ移動しましょう。 移動が危険と思われる場合は、近隣や自宅内のできるだけ安全な場所へ避難しましょう。
	レベル 3 避難準備・ 高齢者等避難開始	避難に時間を要する人 (高齢者、障害のある人など) とその支援者は、避難を始めましょう。その他の人は避難の準備をしましょう。
気象庁発表	レベル 2 注意報	避難に備え、避難先や避難経路などを確認しましょう。
	レベル 1 早期注意情報	災害への心構えをし、非常持出品を準備したり、情報収集に努めましょう。

〈防災気象情報〉

気象庁、
奈良県が発表

**大雨特別警戒
氾濫発生情報** など

**土砂災害警戒情報
氾濫危険情報** など

**大雨警戒・洪水警戒
氾濫警戒情報** など

**大雨・洪水注意報
氾濫注意情報** など

↑↑↑

自主的に避難するための
参考にしてください。

※状況が急変することもあるため、情報が警戒レベル1→5の順番で発表されるとは限りません。

★1…災害発生情報は、災害が発生していることを把握した場合に可能な範囲で発令するものであり、必ず発令されるものではありません。

★2…避難指示 (緊急) は、地域の状況に応じて緊急的または重ねて避難を促すときに発令するものであり、必ず発令されるものではありません。

市内で災害の発生が予測されるとき、御所市が避難情報を発令します。

テレビやラジオ、緊急速報メール、防災メール*、市ホームページ、広報車などでお知らせします。

*防災メールの登録は、「広報御所」5月号またはホームページをご覧ください。 <http://www.city.gose.nara.jp/2310.html>

《防災情報 Q & A》

Q 防災気象情報は出ているけれど、
避難情報が出ていないのはなぜ？

A 市では防災気象情報のほか、さまざまな情報をもとに避難情報を発令します。
必ずしも防災気象情報と同じレベルの
避難情報を発令するとは限りません。

Q 土砂災害で「警戒レベル4相当情報」が出て
いるなか、洪水で「警戒レベル3相当情報」
が出ました。レベルが下がったのですか？

A 土砂災害は「レベル4」のままで、洪水の
「レベル3」が追加になったということです。
洪水と土砂災害の両方に警戒してください。

災害には
日頃の備えが
大切です！

★指定避難所の位置を確認し、
避難経路を実際に歩いてみましょう。

★非常持出品を準備しておきましょう。

★自宅や学校・職場が、浸水や土砂災害の危険性が高い場所か、確認しておきましょう。

御所市避難所一覧

<http://www.city.gose.nara.jp/0010.html>

奈良県土砂災害・防災情報システム

<https://www1.nara-saboinfo.jp/>

土砂災害ハザードマップ

<http://www.city.gose.nara.jp/0050.html>

※ホームページが利用できない場合は、生活安全課へお問い合わせください。

生活安全課 ☎62-3001 (内線592)