



ともに生き、ともに育むまち  
歴史と文化がくらしの中に息づく  
”新斑鳩の里“



- 2 未来へはばたけ  
斑鳩の新成人  
——特集
- 4 厳しい国民健康保険の財政状況
- 6 確定申告の相談は、  
税務署・各相談会場へ
- 8 まちの話題
- 10 公民館教室の生徒を募集します
- 11 いにしへの風 ～斑鳩文化財センターだより～
- 12 わたしが私らしくあるために
- 13 パゴちゃんの地球となかよし
- 14 まちの情報
- 20 ほげんだより

2013  
2  
No. 569

# 未来へはばたけ 斑鳩の新成人!!



平成25年1月14日、平成25年成人式がいがらがホールでおこなわれました。

今年、成人の日を迎えるのは、平成4年4月2日から平成5年4月1日までに生まれた283人。

新成人を代表して4人が「20歳の主張」を発表、将来への夢を語りました。また、式典終了後、ロビーでは、懐かしい友だちとの再会を喜び、写真を撮り

合ったり、連絡先を交換したりする楽しい時間が過ぎていました。

今月号は、成人式で発表された20歳のメッセージを紹介します。(新成人の発表内容は概要です。)



私は毎週、小学校の放課後支援教室で、国語と算数を教えていて、その中で、褒めてあげること、一人ひとりの個性にあわせて教えることが、子どもが自ら進んで勉強する意欲を引き出すため大切だということを学ぶことができ、小学校の先生になるという決意を強くしました。

私は、小学校の先生になるという夢を実現するために、大学で、教育法の勉強に励み、また、放課後支援教室のほかにも絵本の読み聞かせや手遊びをする森の図書館、先生の仕事のインターンシップなど、子どもたちとふれ合うさまざまな活動に参加しています。中でも先生の仕事は特に、たくさん仕事を分刻みでこなしていかなければならず、本当に大変な仕事であると感じました。それでも私は、小学校の先生になりたいです。子どもが授業で「わかった」「できた。」と喜びの声を発した時の気持ち子どもと共有したいと心の底から思っています。



紀 有紗

小学校の先生になって、  
喜びを子どもと共有したい

私は今、将来の進路についてとても悩んでいます。趣味の映画鑑賞を仕事に結びつけられないかと、映画配給会社や宣伝会社への就職を考えはじめていますが、この職業は、大変人気があり新卒採用がほとんどなく、現実的な職業ではないので、はっきりとした夢や目標としては考えることができません。

私の友人の一人は、小学校の卒業文集に書いた将来の夢を叶えて消防士として働いています。小学生のころからはっきりとした夢を持ち、それを実際に叶えた彼を見てみると、とても羨ましく思います。また別の友人は、私と同じように将来について悩んでいたのですが、彼も最近公務員になるという目標を見つけ勉強し始めたようで、彼からも刺激ももらっています。

しかし私たち20歳は、まだまだ若いと思います。焦って無理に見つける必要はないと思います。私も映画関係の仕事ばかりではなく、さまざまな方面に目を向けて行動し、悩んで、悩んで、悩みぬいて本当にしたいことを見つけたと思います。



石橋 湧

夢が見えなくても  
悩みぬいて見つけたい

# 未来へはばたけ 斑鳩の新成人!!



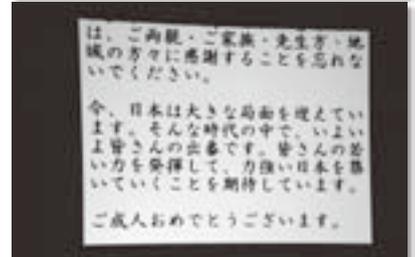
▶新成人による受付のお手伝い



◀新成人代表へ記念品贈呈



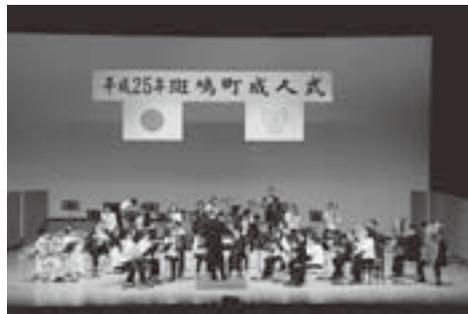
◀恩師から、ビデオレターによるお祝いのメッセージ



▲ロビーで祝・成人



▶和太鼓いかるがによるオープニングセレモニー



▲斑鳩シンフォニックバンドによるお祝いの演奏



▲斑鳩シンフォニックバンドの新成人

※新成人の人は、記念写真を2/1~2/24に中央公民館、町立図書館に取りに来てください。また、当日撮影したスナップ写真を中央公民館で展示しています。希望者は申し込みください。(有料)



私の将来の夢は、理科の教員になることです。しかし、私は理科が得意だから理科の教員になりたいのではなく、理科が苦手であるためあえて理科の教員を目指しています。たとえ苦手な事でも努力をすれば乗り越えられることを自ら証明し、またそれを将来の自分の生徒に伝えたいと思うからです。私は、余程のことがない限り、多くの事は努力で補えると思っています。2度の大学受験の失敗を経験し、自分の目標のためには今何が必要か、そのために自分が何を一番しなければならぬのかを冷静に考え、自分で優先順位をつけてひとつずつ着実にこなしていく、という努力の方法を学ぶことができました。

私は、苦勞した経験を存分に生かし、自分らしさを大切にしながら、お世話になった担任の先生方のような個性豊かで思いやりのある教員になれるよう、励んでいこうと思っています。



山根明日香

**苦手なことでも  
努力で乗り越えられる**

私には中学生の時、「自衛官」になる夢ができ、二年前から、神奈川県にある防衛大学校という自衛隊の教育機関に在学しています。毎日の訓練がとて過酷で、プライベートもほとんど持てないなど、苦しいことがとても多い学校ですが、この環境だからこそ忘れられない思い出もたくさんできました。

現在はまだ学生ですが、目標はたくさんあります。海外派遣や諸外国との共同作戦などで世界に出てさまざまな経験をさせてもらうこと。今、受けている訓練とは比にならないほど過酷な訓練を乗り越え、自分を鍛え、国民を一人でも多く助けられるような強い人間になりたいです。そして、多くの部下を引っ張っていきけるような立派な幹部自衛官になりたいです。

そうなれば、斑鳩に戻ってこれるのも、今以上に少なくなると思いますが、心身を鍛えてくれたレスリング、この斑鳩で自分を育ててくれた両親、指導者、先生方、友人への感謝の気持ちを忘れずに将来の目標に向かって頑張ります。



芳村 将史

**感謝の気持ちを忘れず  
幹部自衛官を目指して**

# 厳しい国民健康保険の財政状況



**みなさんの健康と医療を守る国保**

国民健康保険（国保）は、被保険者のみなさんが病気やケガをしたときに備えて、安心して医療が受けられるよう、お互いが助け合って医療費を負担し合う、もつとも身近な医療保険です。

しかし今、斑鳩町の国保財政は、急速な少子・高齢化の進展、医療技術の高度化による医療費の増大や若年者の就業形態等の変化により非常に厳しくなっています。



**厳しい国保財政  
伸び悩む国保税**

国保の財源は、みなさんが納付される国保税や国、県などの補助金、交付金等から成り立っています。特に国保税は、平成23年度決算状況のグラフからもわかりますように、歳入の約23%を占め、国保運営には欠かせないものです。

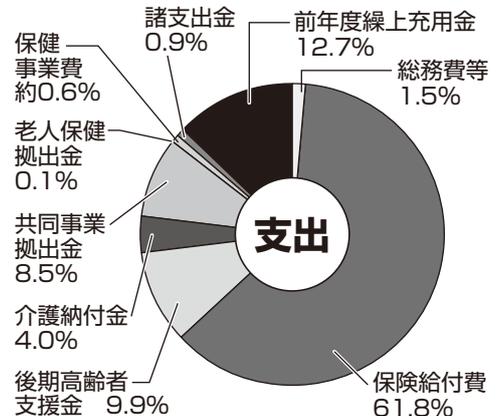
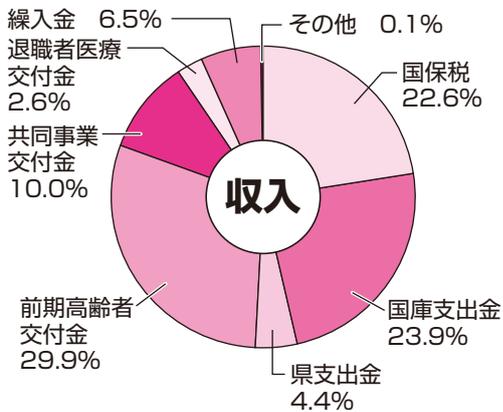
歳入の柱である国保税収入は、長引く景気の低迷などから伸びず、安定した国保運営に必要な財源の確保が非常に困難な状況となっています。

また、歳出では医療に使われる費用が、全体の約62%を占めており、毎年の医療費の増加が国保財源を圧迫しつつあるのが現状です。

全国の約3分の2の自治体で国保財源が赤字となっており、国保加入者の負担を軽減するために、毎年国保基金の取り崩しや一般会計からの繰り入れで国保運営をおこなっている自治体も少なくありません。



## 平成23年度決算状況



**国保財政の健全化  
に向けた取り組み  
（収納体制の強化）**

税の負担の公平性の確保を重視し、特別な事情もなく、保険税を滞納している滞納者には、各種財産の差し押さえなどの滞納処分の実施を含め厳正に対応しています。

一方、失業、多重債務などの事情により国保税を納付することが困難な人については、生活状況等をお聞きし、事情を考慮して対応しています。



**夜間・休日の  
納税相談**

2月の12日・21日・25日、3月12日・21日・25日には夜間納税相談をおこないます。

また、2月23日（土）、3月24日（日）には、休日納税相談をおこないます。

※詳しくは、広報1月号をご覧ください。

なるか、国保医療課（☎内線112・114）へ問い合わせてください。



## 国保財政の 累積赤字

斑鳩町の国保収支は、平成13年度以降、赤字が続ぎ、平成19年度の約6億4千5百万円をピークに徐々に減少していましたが、平成23年度では2千2百万円赤字が増加し、累積赤字は、約4億6千3百万円にのぼり、依然として町の国保財政が非常に厳しい状況であるのは変わりありません。



## 増え続ける医療費

保険財政を圧迫している要因の一つには、医療費の増加が挙げられます。

本格的な高齢化の進展や医療技術の高度化に伴い、医療費が増加する一方、団塊世代の人の退職による国保加入や若年者の減少や非正規雇用の増加による所得の低下などにより保険税収入の増加が見込めず国保運営は、構造的な問題に直面しています。

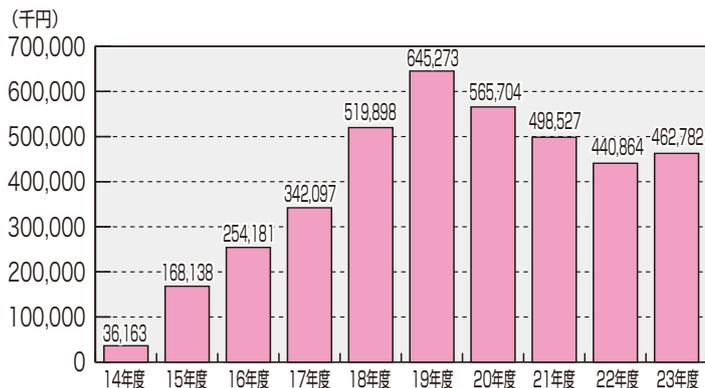
これは、斑鳩町においても例外ではなく、一人当たりの医療費（一般被保険者）は、平成23年度では約34万円かかりました。

5年間で約12万円の増加となっており、平均約2万4千円も毎年増加し続けています。

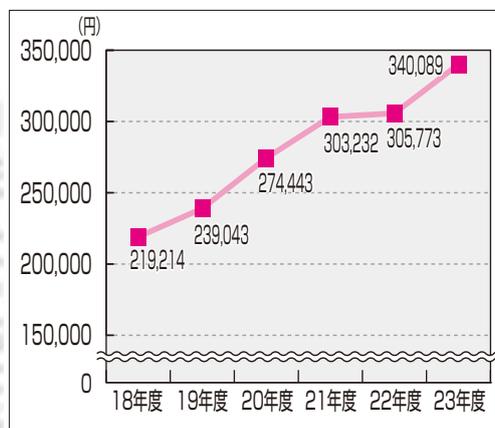
高齢化社会の進行と医療技術の高度化により今後も医療費は増え続けると予想され、医療費をいかに抑制し、適正化を進めていくかが重要な課題となっています。

これらは、全国の市町村の国保運営に共通した問題でもあります。

## 〈累積赤字額の推移〉



## 〈斑鳩町の一人当たりの医療費（一般被保険者分）〉



## 国保財政の健全化 には、みなさんの 健康管理が大切です

国保財政の健全化をめざすには、みなさまのご協力が不可欠であり、医療費を抑制するためには、何よりも健康であることが大切です。

健康であるためには毎日の、規則正しい食生活や適度な運動をすることが必要であり、また自分自身の健康管理をすることが大切です。

そのためには、特定健康診査などを利用して、自分の健康管理をおこない、病気の早期発見と早期治療、予防をおこない、健康な体づくりをおこなしましょう。



## 「治療」の前にま ず「予防」を、定 期的に健康診断を 受けましょう

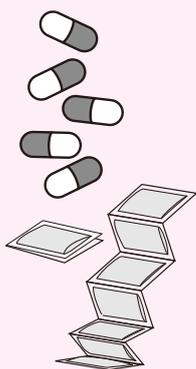
病気になるまいよう、定期的に健康診断をうけ、病気の早期発見・早期治療を心がけましょう。

特に、40歳以上の人は、特定健診を毎年受診して、生活習慣病にならないように努めましょう。ご家族、ご近所まで声を掛けあって健診を受けましょう。



## 医療費の抑制の ために「ジエネ リック医薬品」を 活用しましょう

医療費は、一人ひとりが少し意識を変えただけで、抑制（節約）することができます。新薬に比べて価格が安いジエネリック医薬品を活用しましょう。



# 確定申告の相談は、税務署・各相談会場へ

(問合せ先：奈良税務署 ☎0742-26-1201)

## ●役場では、所得税の確定申告書作成の指導や相談はおこなっておりません

役場では、税務署から依頼された確定申告に必要な用紙や手引きの配布と、作成済の申告書の税務署への取次ぎ（2/18～3/15の申告期間中に限ります）のみ取り扱っています。

確定申告の相談が必要な人は、税務署または下記の相談会場をご利用ください。

## ●所得税の確定申告外部会場

	会場名	開催日時	開催時間
斑鳩町	いかるがホール (斑鳩町興留10-6-43)	2月6日(水)～2月8日(金)	9:30～16:00
奈良市	西奈良県民センター (奈良市登美ヶ丘2-1-51)	2月5日(火)～2月15日(金)	9:30～16:00
	県立図書情報館 (奈良市大安寺西1-1000)	2月19日(火)～2月28日(木)	9:30～16:00
生駒市	生駒市図書会館 (生駒市辻町238)	2月27日(水)～3月1日(金)	9:30～16:00
大和郡山市	イオンホール [大和郡山市下三橋町741] [イオンモール大和郡山2F]	2月18日(月)～2月22日(金)	10:00～16:30
天理市	天理市文化センター (天理市守目堂町117)	2月7日(木)～2月8日(金)	9:30～16:00

※土・日・祝日は開催していません。

※各相談会場とも、開催日初日と午前中は大変混み合うことが予想されます。

※相談会場へは遅くとも終了時間の30分前までにお越しください。

※混雑の状況により、長時間お待たせしたり、早めに受付を終了させていただく場合があります。

※2月15日以前に開設する会場は、還付申告をされる人の専用会場です。

※土地・建物・株式等の譲渡所得や贈与税の相談はおこなっていませんので、税務署までお越しください。

なお、平成25年4月中旬までは、税務署の駐車場はご利用いただけません。

※昼休みの時間帯は、少人数の職員で対応していますのでご了承ください。

※各会場へのお電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

## ●所得税の確定申告が必要な人

### (1) 給与所得がある人

◆給与の年間収入金額が2,000万円を超える人

◆給与を1か所から受けていて、各種の所得金額（給与・退職所得を除く。）の合計額が20万円を超える人

◆給与を2か所以上から受けていて、年末調整をされなかった給与の収入金額と各種の所得金額（給与・退職所得を除く。）との合計額が20万円を超える人 など

### (2) 公的年金等に係る雑所得のみの人

◆公的年金等に係る雑所得の金額から所得控除を差引いた結果、残額がある人

※詳しくは次のページをご覧ください。

### (3) 上記以外の人

◆各種所得の合計額から所得控除を差し引き、その金額（課税される所得金額）に税率を乗じて計算した税額から配当控除額を差し引いた結果、残額のある人

(注) 上場株式等に係る譲渡損失と配当所得との損益通算や繰越控除の特例などの適用を受ける人は、確定申告書の提出が必要な場合があります。（詳しくは税務署までお尋ねください。）

## ●所得税の還付申告について

確定申告の必要がない人でも、医療費控除や住宅ローン控除を受ける場合や、前年中に退職して年末調整を受けていない場合などで、源泉徴収された税金が納め過ぎになっている人は、確定申告（還付申告）をすることにより税金が還付されます。

## 税務署からのお知らせ

奈良税務署

(☎0742261201)

●**確定申告会場は大変混み合います**  
確定申告の時期、税務署は大変混み合い、長時間お待ちさせる場合があります。

また、税務署では、プレハブ会場を設置するため、4月中旬まで駐車場が利用できません。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

●**申告書の作成は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で**

税務署や確定申告相談会場は大変混み合います。

申告書の作成は、国税庁ホームページ (<http://www.nta.go.jp>) の「確定申告書等作成コーナー」をご利用ください。

●**奈良税務署の休日の開庁について**  
奈良税務署では、2月24日と3月3日の日曜日は開庁し、確定申告書用紙の配布、申告相談、確定申告書の收受及び納付相談をおこないます。  
受付時間 午前9時～午後5時

**公的年金等を受給されている人へ(重要なお知らせ)**

確定申告が不要

になる場合があります

次の①と②の両方に該当する場合は、所得税の確定申告(申告書の提出)

出と納税)は不要です。

①公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下

②公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下

【ご注意ください】

※①と②の両方に該当する場合でも、医療費控除や生命保険料控除を受けることなどにより、所得税の還付を受けられる人は、確定申告書の提出(還付申告)が必要です。

※**町県民税(住民税)の申告が必要となる場合があります。**詳しくは町役場税務課までお尋ねください。

## 個人住民税(町県民税)の特別徴収のご案内

【事業者様へ】

個人住民税の特別徴収とは、給与支払者が、所得税の源泉徴収と同様に、毎月、従業員(正規雇用だけでなく、臨時職員、アルバイト等の非正規雇用も含みます。)に支払う給与から個人住民税を引き落とし、市町村に納入いただく制度です。

給与を支払う事業者は、地方税法及び各市町村の条例の定めにより、原則として、すべて特別徴収義務者として個人住民税を特別徴収する義務があります。

ご理解とご協力をお願いします。

## 平成25年度の町県民税(住民税)の申告のご案内

税務課 (☎内線153・154)

**町県民税(住民税)申告期間は  
2月18日～3月15日です**

平成25年度の町県民税の申告が、2月18日(月)からはじまります。

町県民税の申告は、町県民税の税額を決定する基礎となるほか、介護保険や国民健康保険などの資料となる大切なものですので、期限までに必ず申告してください。

【申告が必要な人】

平成25年1月1日現在当町に居住し、次の要件に該当する人は町県民税の申告が必要です。

※所得税の確定申告をされる場合は、町県民税の申告は不要です。

①給与所得者で、勤務先から「給与支払報告書」の提出のない人や、給与所得のほかに収入のある人

②公的年金等以外に所得がなく、医療費控除や社会保険料控除などの各種所得控除を受ける人

※年金の収入金額が400万円以下等で確定申告が不要な場合でも、

これらの控除を受けていただくには、町県民税の申告が必要です。

③営業・農業等の事業や、パート、内職などの所得のある人

④控除対象配偶者や扶養親族、事業専従者になっていない人(町外にお住まいの人の扶養親族となっている人も申告してください)

【申告に必要なもの】

①源泉徴収票や決算書など所得の内容がわかるもの

②医療費や各種社会保険(国民健康保険税、国民年金保険料、介護保険料など)、生命保険料、地震保険料などの支払証明書・領収書

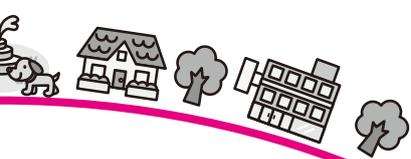
③印かん

④申告書  
※町県民税の申告書は、前年度に申告された人や昨年中に転入された人に送付しています。

申告が必要な人で申告書が届かない場合は、税務課まで問い合わせてください。

【申告書の提出先】

役場税務課・役場地下大会議室



## 斑鳩に 岩崎宏美が やってきた!

～ 宝くじまちの音楽会 ～

1 / 12 ・ いかるがホール

斑鳩町制施行65周年を記念して、歌手の岩崎宏美さんとオカリナ奏者の宗次郎さん、地元合唱団の「コールいかるが」さんの共演で、コンサートが開かれました。

宝くじの助成によりおこなわれた今回のコンサートは、質の高い音楽を地元で味わうことができる貴重な機会とあって、会場は満席の来場者の熱気や拍手であふれていました。岩崎さんらによるお楽しみの抽選会や握手会もおこなわれ、華やかな音楽会となりました。



## 年末に 新年の味 いただきます!

～ もうすぐお正月 もちつき大会 ～

12 / 24 ・ 生き生きプラザ斑鳩

12月24日、生き生きプラザ斑鳩で、お正月を前におもちつきを楽しんでもらおうと、「もうすぐお正月 もちつき大会」が、ボランティア連絡協議会のみなさんのご協力によりおこなわれました。

昔ながらの石臼と杵を使ってペタンペタンとおもちつきを楽しんだ後は、みんなで「いただきます」。参加者のみなさんは、普段なかなか食べることでできないつきたてのおもちに舌鼓を打ちながら一足早いお正月気分を楽しんでいるようでした。



## 毎日の食事を楽しむ 手助けを

～ 家族介護教室 ～

12 / 14 ・ 生き生きプラザ斑鳩

高齢者を介護している家族や近隣の援助者を対象に、介護方法や介護予防のための健康づくり等についてのお話や実習を通して介護の技術を高めてもらおうと、家族介護教室がおこなわれました。

今年度3回目となった今回は、「介護しながら簡単にできる調理実習」を中心に、介護と食事についての教室となりました。高齢者が食事の時にむせることを防ぐために上手にとろみをつけて水分が補給できるようにする方法や、高齢者にも食べやすく栄養価も高いかぼちゃを使ったさまざまなレシピが紹介され、参加されたみなさんは、熱心に話を聞き、実習に励んでいました。



## 町民の期待を胸に 走りぬく

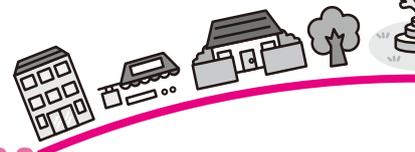
～ 第8回市町村対抗子ども駅伝大会 ～

斑鳩町選抜チーム紹介

3月2日(土)、河台町の馬見丘陵公園で開催される「市町村対抗子ども駅伝大会」に今年も斑鳩町立の3小学校の代表選手が出場することになりました。

「市町村対抗子ども駅伝大会」は、子どもたちの体力向上と、スポーツ全般に必要な基礎体力や連帯感を養うことなどを目的に、奈良県市町村子ども駅伝大会実行委員会の主催でおこなわれています。みなさんの応援をお願いします。





## まちを守る 決意新たに 出初式

～ 斑鳩町消防団出初式 ～

1 / 5 ・ 斑鳩小学校 竜田川

「斑鳩町消防団出初式」が、斑鳩小学校の運動場と竜田川畔でおこなわれました。

式典では、消防団員の功労をたたえ、表彰状や感謝状が贈られたほか、各分団員による分列行進や各分団の消防機器等の安全点検をおこなう視閲などがきびきびとした動きでおこなわれました。

引き続き、放水演習が竜田川畔でおこなわれ、たくさんの方の見学者の前、まっすぐに空へのびる放水は、住民の安全を願っているようでした。

斑鳩町消防団出初式と1月13日に平群町でおこなわれた生駒南支部連合出初式で次のみなさんが表彰されました。(敬称略)



### 奈良県知事表彰

清水 正夫 (副団長)

### 奈良県消防協会会長表彰

西谷 喜代嗣 (副団長)

### 生駒郡町村会長表彰

卯川 喜代司 (第2分団)

### 生駒南支部長表彰

柿本 基弘 (第1分団)

### 35年勤続表彰

清水 正夫 (副団長)

### 25年勤続表彰

福田 晴行 (第3分団)

### 西和消防組合消防本部

### 消防長表彰

岡田 修三 (第3分団)

### 西和警察署長感謝状

森本 俊和 (第1分団)

### 町長表彰

光安 秀人 (第1分団)

芳村 恵司 (第2分団)

浅井 英明 (第3分団)

### 団長表彰

宮崎 学 (第1分団)

宇野 智也 (第2分団)

山崎 悦明 (第3分団)

### 退団者感謝状

山崎 悦宏 (元団長)

田中 常夫 (元副団長)

## 田も畑も 科学を使って 守ろうよ

～ 「未来の科学の夢」 絵画展 ～

12 / 7～9 ・ 奈良市美術館

子どもたちが未来の科学への夢を描く第34回県「未来の科学の夢」絵画展(県教育委員会、県発明協会主催)が開かれ、県内の小中学生372人の応募作品の中で、斑鳩西小学校3年生の五道亜依さんの作品が、近畿経済産業局長賞に選ばれました。

審査員からは「ユニークで豊かな発想で、明るく、表現にも工夫がありました。特に、田植えをしているロボットの優しい表情が印象的で、見る人にも優しく訴える、ほのほのとした作品です。」とのコメントがあり、五道さんは「科学を使って自然を残して、ロボットと一緒に畑や田んぼを作れる世界になったらいいなと思います。」と話していました。



◀ 受賞作品「未来の農園」



◀ 五道亜依さん

# 平成25年度 公民館教室の生徒を募集します

## 資格 (教室番号1~21)

町在住で1年間学習を続けられる人。  
初心者を対象とするため、同じ教室  
を2年連続して受講できません。

## 学習期間

平成25年5月~平成26年2月(10ヶ月)  
[4月18日(木)に開講式の予定]

## 受講料 (有料)

- ①月1回開催の教室は年額3,000円  
月2回開催の教室は年額6,000円  
受講料は4月1日(月)~4月11日  
(木)の間に全額納付してください。  
(原則として納付後の返金は  
できません。)
- ②教材費等は実費負担となります。

**締切日** 2月16日(土)[当日消印有効]

**抽選** 定員を超えた教室は、2月26

日(火)に中央公民館で抽選をおこな  
います。なお、受講決定の連絡は開  
講、不開講にかかわらず3月下旬(予  
定)になります。

## 申込方法

- 往復はがきで郵送の場合。(往信  
はがきの表面に各公民館の住所等。  
裏面に下記①~⑤を記入。返信は  
がきの表面にご自分の住所・氏名・  
郵便番号、裏面は白紙のまま。)

①教室番号

②教室名

③ご自分の郵便番号・住所

④氏名(ふりがな)

⑤電話番号

- 直接各公民館窓口へお申し込みの  
場合は、50円はがき(表面にご自

分の住所・氏名・郵便番号、裏面  
は白紙)1枚を添えて申し込んで  
下さい。

## 申込先・問合せ先

- 中央公民館 ☎0745-74-1511  
〒636-0153 龍田南2-2-43
- 東公民館 ☎0745-74-4122  
〒636-0123 興留5-5-28
- 西公民館 ☎0745-75-3911  
〒636-0154 龍田西4-2-25  
(各館水曜日休館)

## 公民館教室申込の注意事項

- 受講は1人2教室まで可能です。
- 応募人数が過少の教室は、開講しな  
い場合があります。
- 各教室の学習成果は公民館まつり  
(例年3月実施)で発表していただ  
くことができます。

## 公民館教室 (中央公民館)

教室番号	教室名	講師名	学習日	学習時間	定員
1	初級韓国語	蔡永玉	毎月第1・3火曜日	10:00~12:00	15人
2	初級英語	栗本智子	毎月第1・3木曜日	9:30~11:30	15人
3	毛筆	久世博子	毎月第1・2月曜日	13:00~15:00	15人
4	ペン習字	九鬼光代	毎月第1・2木曜日	10:00~12:00	15人
5	生け花(池坊)	玖村敏子	毎月第3火曜日	14:00~16:00	15人
6	フラワーアレンジメント	杉本美鈴	毎月第2火曜日	14:00~16:00	15人
7	手芸(つるし雛)	高木トク	毎月第1・2火曜日	13:00~16:00	15人
8	ツールペイント	日浦加代子	毎月第2・4火曜日	9:30~12:00	15人
9	暮らしを彩る折り紙	岡田幸与	毎月第1・3月曜日	10:00~12:00	15人
10	陶芸	富樫和夫	毎月第1・3木曜日	10:00~12:00	15人
11	写真	塩見瞬哉	毎月第1月曜日	9:30~12:00	15人
12	洋画(油彩・水彩)	中谷昭子	毎月第2・3木曜日	9:30~12:00	15人
13	水墨画	高田裕至	毎月第2・4金曜日	14:00~16:00	15人
14	歌って!ハモって!愛唱歌	黒松玲子	毎月第1・3月曜日	10:00~12:00	15人
15	ハモ二カ	岩本洋之	毎月第1・3月曜日	10:00~12:00	15人
16	はじめてのオカリナ	飯田美和	毎月第3土曜日	9:30~11:30	15人
17	おうちでつくるパンとケーキ	城崎淑子	毎月第1金曜日	9:30~12:00	15人
18	初級将棋	川相宣康	毎月第2・4土曜日	10:00~12:00	15人

## 公民館教室 (東公民館)

教室番号	教室名	講師名	学習日	学習時間	定員
19	ヘルシーかんたんクッキング	小林美香	毎月第3火曜日	9:30~12:00	15人
20	健康ストレッチ	葉賀菊代	毎月第1・3木曜日	10:00~12:00	15人

## 公民館教室 (西公民館)

教室番号	教室名	講師名	学習日	学習時間	定員
21	家庭料理	島田聖子	毎月第2金曜日	9:30~12:00	15人

# いにしへの風

～斑鳩文化財センター  
だより～

斑鳩文化財センター  
(☎0745-70-1200)



いしがきやま  
▲「石垣山」に残る石垣

今月号では、2月10日(日)から3月17日(日)まで開催します法隆寺ゆかりの都市文化交流協定締結1周年記念「小田原北条氏五代100年の興亡」の展示会の開催にあたり、小田原北条氏と小田原城についてお話しします。

## 小田原北条氏と小田原城

### 小田原北条氏と小田原城

神奈川県南西部に位置する小田原市は、古くから東海道の要衝として発展を遂げてきました。その都市形成の契機の一つとなったのが、戦国武将で名高い「北条早雲(伊勢宗瑞)」による明応4(1495)年の小田原城の奪取でした。その後は氏綱、氏康、氏政、氏直と城の整備が進められ、氏政は籠城戦で上杉謙信や武田信玄の軍を撃退させています。氏直の頃には、周囲9kmにおよぶ「惣構」が城下を取り囲む全国でも最大規模の難攻不落の城と呼ばれていました。

現在観光名所となっている小田原城は江戸時代のもので、天守閣もその当時の姿に似せて昭和35(1960)年に再建されたものです。北条氏の時代の城郭遺構は、八幡山等の小田原城周辺部に見られ、近年発掘調査が進められている小田原城「御用米曲輪」においても確認され、北条氏の小田原城の姿が徐々に明らかとなつていきます。

### 秀吉による小田原攻め

天下統一をめざす豊臣秀吉は、関東地方に強大な勢力を有し抵抗する北条氏に対して、天正18(1590)

年、総勢20万人の大軍をもって「小田原攻め」をおこないます。この時小田原城の西側の標高250mの尾根上に陣城「石垣山」を築きました。北条勢に悟られないように普請(土木工事)を進め、ある程度完成した段階で小田原城側の樹木を一気に伐採して、北条勢を驚かせたことから別名「太閤一夜城」とも呼ばれています。確かに石垣山からは小田原城が一望できることから、逆に籠城していた北条勢からすれば、心理的にかなりのダメージを受けたことでしょう。ちなみに、この石垣山は豊臣秀吉の時代の石垣の残りが良好で、学術的にも貴重なことから国の史跡となっています。この小田原攻めは、同年7月の北条氏直の降伏をもって終結し、ここに秀吉は天下統一を成し遂げて中世は終焉を迎えました。そして、この時の小田原城の「惣構」の構築技術は、その後に秀吉が築城した強固で壮大な大坂城の「惣構」として取り入れられました。

この展示会開催に合わせて、2月10日(日)午後1時より中央公民館大ホールにて、歴史シンポジウムを開催しますので、ぜひご参加ください。(※詳細は15ページと後日配布いたしますチラシをご覧ください。)



てんいち先生

※「てんいち」とは、てん(英語の10)と、いち(1)を合わせて11(毎月11日は人権を確かめあう日)という意味です。

# わたしが 私らしく あるために

「男女共同参画社会」の実現は、これからの地域活性化の鍵になると言われています。地域社会で女性の参画を進め、男女が共にパートナーとして地域の活動に取り組むにはどうしたらよいのでしょうか。今回は、防災・防犯の視点から、地域における男女共同参画を考えます。

## 男女の参加で地域の 防災、防犯力を高めよう！

ver. 131

### 男女共同参画 社会をつくろう

#### 地域の防災訓練で性別によって役割分担していませんか？

昼間に災害が起これば、地域に残っているのは高齢者と女性、子どもが多いと考えられます。たとえば火事が起こって大変な時に男性が誰もいなかったとしても、残っている女性が防災訓練で消火器などの使い方を知っていれば、より早く対処して、少しでも被害を小さくすることができます。地域を守るためには「放水は男性の仕事」という固定観念から抜け出す必要があるでしょう。また、災害時における年齢や男女のニーズの違いを考慮して防災体制を整えることも大切です。

#### 地域の防犯も、男女の力を合わせて

近年、子どもを狙った犯罪が後を絶たず、子どもたちの安全を地域で見守ろうという機運が高まってきています。PTAや地域のみなさんをはじめ、学校安全ボランティアとして子どもたちの登下校を見守る人の姿も増えています。こうした活動のメリットは、その時その時の防犯のみならず、地域の人たちとのかかわりを多くして、声をかける機会や防犯に対する情報を増やすことにより、地域の防犯力そのものを上げることにあります。せっかく活動する人が増えても、情報を共有する相手に限られていては、その上げ幅も小さくなります。忙しくて地域の防犯活動になかなか参加できないという人も、何か子どもを見守る地域の輪に入り込むため

の工夫ができないか考えてみましょう。

#### 地域の安全を守りたい気持ちも、男女に違いはないはず

子どもたちだけでなく、女性に対する暴力や、お年寄りをターゲットにした詐欺事件などからも、地域を挙げて守っていかねばなりません。そのためには、老若男女、あらゆる視点をもってその方法を考えていく必要があります。

防災も、防犯も、地域に住む一人ひとりが責任を持って取り組むべき時代です。役場からの防災情報メールや、子ども安全・安心メールの登録などについて、携帯電話を持っている家族全員が登録するなど、すぐにできることから少しずつでも自分たちでできることを考え、行動していきましょう。

日時 3月3日(日) 午後2時〜  
場所 いかるがホール研修室1  
出演 斑鳩おはなしの会

お知らせ  
ろくそくのおはなし会

(ストーリーテリング発表会)

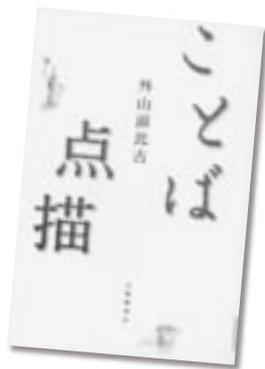


☎ 0745(75)7733

図書館  
だより

英語のことわざ「ころがる石」の解釈が国によって違うことや、「四人称」「五人称」の役割、そして「目で見ることば」と「耳で聞くことば」が持っている力など、著者が英語を勉強する中で感じた疑問や苦労話などを、ユーモアたっぷりの視点で描いています。

外山滋比古著 大修館書店



『ことば点描』

●おすすめの本●

# パゴちゃんの地球とながよし

※チャレンジ25キャンペーンは、地球と日本の環境を守り未来の子どもたちに引き継いでいくため、地球温暖化防止対策を推進する国民運動として、政府が展開しているキャンペーンです。斑鳩町役場もチャレンジャーとして登録しています。



今回のパゴちゃんの地球とながよしでは昨年の12月15日(土)に開催した、環境教室「ソーラーランタンづくり教室」のようすをお知らせするよ。

未来が変わる。  
日本が変わる。  
チャレンジ25

## ソーラーランタンづくり教室

～ 地球温暖化防止のための環境教室 ～

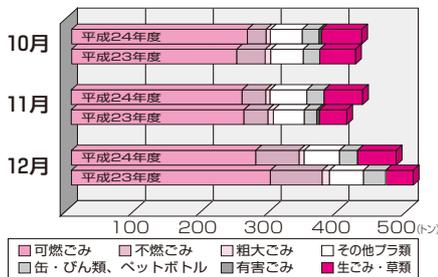
斑鳩町では毎年、楽しく学べる環境教室を実施しています。

今回は、奈良ストップ温暖化の会(NASO)のみなさんに、太陽光を利用したソーラーランタンづくりを教してもらいました。ソーラーランタンは、日中に太陽光を蓄電し、暗くなると光ります。

そのほか、地球温暖化の影響と対策や、家でできる省エネ対策等についても学びました。

みなさんも、次の機会にぜひご参加ください。

家庭から出るごみの量



12月の生ごみたい肥化量17,572kg  
可燃ごみの6.5%をたい肥化で  
きました  
※モデル世帯数2,573世帯(12月末)

### 教えてパゴちゃん!

#### ソーラーランタンづくり教室



●スライドを見ながら、地球温暖化防止のために何が出来るかを、みんなで考えました。

#### 参加者の声♪

プチプチ(気泡緩衝材)を窓にはると保温効果が高まり、部屋が暖かくなるとの話聞き、さっそく試してみようと思いました。



●光を通す薄い紙に、それぞれ好きな絵を描いて、ペットボトルのランタンに取り付けます。点灯式では、やわらかな優しい光が会場を包みました。



#### 参加者の声♪

出来栄えに感激!オリジナル作品、みなさんととても素晴らしかったです。庭に置いて楽しみたいです。



公民館図書室  
図書室(中央・東公民館)  
日時 2月12日(火) 午後2時～  
図書室(西公民館)  
日時 2月12日(火) 午前11時～

— 今月のおはなし会 —  
町立図書館  
日時 2月13日(水) 午後2時～  
2月16日(土) 午後3時～



定員 50人  
プログラム  
「ティッキ・ピッキ・ブン・ブン」  
「ねむりひめ」  
「おばあさんが はたけに  
なにをうえたかというはなし」  
ほか  
対象 小学生～大人  
\*いずれも入場無料・申込不要です。

情報

- 主な連絡先
- 斑鳩町役場 0745-74-1001
  - 上水道課 0745-74-1401
  - 下水道課 0745-74-2406
  - 町立図書館 0745-75-7733
  - 中央公民館 0745-74-1511
  - 東公民館 0745-74-4122
  - 西公民館 0745-75-3911
  - 中央体育館 0745-75-3100
  - 斑鳩文化財センター 0745-70-1200
  - 生き生きプラザ斑鳩 0745-70-1000
  - 保健センター 0745-70-0001
  - 斑鳩町観光協会 0745-74-6800
  - ふれあい交流センターいきいきの里 0745-74-0990
  - 衛生処理場 0745-74-2371
  - 西老人憩の家 0745-74-1517
  - 東老人憩の家 0745-74-5050
  - 三室休日診療所 0745-74-4100
  - いかるがホール 0745-75-7743
  - 斑鳩町シルバー人材センター 0745-75-0884
  - 斑鳩町地域包括支援センター 0745-75-4000

※情報内の問合せの電話番号の記載のない場合は、上記電話番号をご確認ください。

固定資産評価審査委員会委員に

上村 定衛門(新任)

(敬称略)

中永良孝氏の任期満了に伴い、その後任として、上村定衛門氏が議会の同意を得て12月23日付けをもって選任されました。

募集

平成25年度  
スポーツクラブの登録

中央体育館(水曜休館)

(☎0745⑦3100)

公共体育施設を定期的または継続的に利用されるスポーツクラブの登録を受け付けます。

住民のみなさんのコミュニティ、スポーツ活動や体力づくりの場として、公共体育施設(町立小学校の体育館を含む)を有効に利用していただく制度です。

※登録されたクラブは、4月1日より中央体育館(アリーナ・サブアリーナ・武道場)に限り、優先的に予約ができます。(2月末のクラブ代表者会議で抽選します。)

◎要項・登録用紙は、中央体育館にて配布します。

登録条件

●町内に居住されている人で構成する10人以上の団体で、指導者または監督者として、成人が含まれているクラブ

●年間を通じて、定期的または継続的に活動できるクラブ

登録期限・登録先

2月10日(日)午後5時までに所定の用紙と会則、名簿を添えて、中央体育館へ申請してください。

子ども会安全会の加入説明会

生涯学習課(☎内線238)

子ども会の行事や活動中に、子ども会員、指導者、育成者に事故が起こってしまったとき、お互いに助け合うための「子ども会安全会」への加入者を募集します。

日時 2月17日(日)

午後1時30分

場所 中央公民館 創作室

対象 子ども会会員、子ども会に関心のある人

2月の相談

相談日	時間	場所	申込
無料法律相談 12日(火)、19日(火)、26日(火) (電話予約申込順)	13:00~16:00	役場1階 第2会議室	住民課 (☎内線163)
消費生活相談 28日(木)	9:00~16:00	役場1階 第3会議室	申込不要 問合せ住民課 (☎内線163)
7日(木)、14日(木)、21日(木)	13:00~16:00		
人権相談 13日(水)(毎月第2水曜日)	13:00~16:00	中央公民館	事前に☎0745⑦0077 までご連絡ください
行政相談 5日(火)(毎月第1火曜日)	13:00~16:00		
青少年悩みごと 教育相談 毎週火・金・土曜日	9:00~16:00	中央公民館	事前に☎0745⑦0077 までご連絡ください
出前サポステ若者 自立の無料相談 毎月第2土曜日	9:00~12:00	中央公民館	TEL0744-44-2055 FAX0744-44-2056 (若者サポートステーションやまと)
子育て相談 毎月第2・第4水曜日	9:00~16:00	生き生きプラザ 斑鳩相談室	福祉課 (☎内線125)
母と子の悩みごと 相談 全日電話相談(毎週月~金曜日(休日除く)8:30~17:30)	8:30~17:30		福祉課(☎内線125)
女性のための相談 8日(金)(第2金曜日)	9:30~12:30	役場会議室	予約専用☎0745⑦9269 休日を除く8:30~17:30
22日(金)(第4金曜日)	13:00~16:00		
増改築無料相談 16日(土)(毎月第3土曜日)	13:00~16:00	中央公民館	全奈良建築斑鳩支部 ☎0745⑦1218

※相談の日程が9:00~16:00の場合は、12:00~13:00の間は不在となります。



**平成25年度  
療育教室訓練事業の参加者募集**

福祉課 (☎内線125)

「落ち着いて行動できない」「なかなか言葉が出ない」など、お子さんの成長を心配されている方はいらっしやいませんか？

療育教室は、遊びを通して身体や知的活動、情緒の安定などの調和的発達を促し、子どもの能力を引き出すことを目的におこなっています。

**対象者** 町内在住で幼稚園就園前の心身の発達に心配のある幼児とその保護者。ただし、特に必要と認められた場合、小学校就学前の幼児とその保護者も可。

**開催日時** 毎週月曜日(原則)

年48回 午前10時～正午

**場所** 生き生きプラザ斑鳩 療育

ルーム

**募集人員** 30人(幼児)

**問合せ** 詳しく説明を聞きたい人や新規申込を希望する人は、お子さんの様子などをお伺いする必要がありますので、役場福祉課までお問い合わせください。

**申込期間** 随時受け付けていますが、4月からの入室を希望される場合は、2月22日(金)までに、福祉課窓口申し込んでください。

**催し**

**法隆寺ゆかりの都市**

**文化交流協定締結1周年記念**

**「小田原**

**歴史シンポジウム」**

斑鳩文化財センター

(☎0745⑦1200)

法隆寺ゆかりの都市文化交流協定締結1周年を記念し、小田原市交流展初日に、北条氏や小田原城などをテーマとした講演会とパネルディスカッションを開催します。

北条氏や小田原城などに関する、戦国時代の小田原市の歴史や文化にふれてみませんか。

**日時** 2月10日(日)午後1時～4時

**場所** 斑鳩町中央公民館 大ホール

**講演会**

「小田原北条氏五代

100年の興亡」

**講師** 山口 博氏

(小田原市生涯学習課専門監)

「戦国時代の小田原城を掘る」

**講師** 佐々木 健策 氏

(小田原市文化財課主査)

**シンポジウム**

コーディネーター

谷山 正道 氏(天理大学教授)

**パネラー**

山口 博氏・佐々木 健策氏

※入場無料、申込不要

※1月号お知らせ版4ページに掲載しました行事予定カレンダー中の、小田原市との交流事業のご案内について、次のとおり一部表記が誤っております。お詫びして訂正いたします。

●**講演会名**

誤「小田原・斑鳩

歴史シンポジウム」

正「小田原 歴史シンポジウム」

●**テーマ名**

誤「小田原北条氏五代

100年の攻防」

正「小田原北条氏五代

100年の興亡」

**第17回いけばな展**

斑鳩町華道協会 担当 佐伯

(☎0745⑦45317)

**日時** 2月23日(土)～24日(日)

午前9時～午後5時

※24日は午後4時まで

**場所** いかるがホール 研修室

## 太子のロフォーラム

企画財政課 (☎内線253)

聖徳太子ゆかりの町として、聖徳太子のご命日である2月22日に、太子の遺徳を偲ぶとともに、聖徳太子の「和の精神」を現代の視点から問い直し、未来に伝えていくため、講演会を開催します。(手話通訳、要約筆記有)

**日時** 2月22日(金)

午後1時30分～3時頃

**場所** いかるがホール 小ホール

**講演・講師**

「法隆寺再建」若草伽藍から西院伽藍へ」 帝塚山大学人文学部

准教授 清水 昭博 氏

**費用** 100円(資料代) 当日会場にて徴収

**申込** 2月18日(月)までに、電話

(☎0745⑦1001)、fax

(0745⑦1011)、はがき

(〒636-0198 斑鳩町役

場)、Eメール (kikaku@town.

ikaruganarai.jp) により、役場

企画財政課へ住所・氏名・電話番号をお知らせください。

**定員** 200人(先着順)

※定員になり次第、締め切ります。

## くりかえし使ってくれて ありがとう(き)陶器)市開催

環境対策課 (☎内線134)

斑鳩町では、家庭で不要になった陶磁器類やガラス食器類を回収し、無料で配布する取り組みを始めています。ありがとう(き)市に参加して好みの食器等をみつけてください。

### (注意)

・食器類の回収と無料配布を別の日に実施します。

・回収品は、比較的きれいでまだ使えるものと、汚れや割れがあるものに事前に分別して持込んでください。

### 回収日

**日時・場所**

2月12日(火)～15日(金)

・役場環境対策課

午前8時30分～午後5時30分

・衛生処理場(幸前2-8-9)

午前8時30分～午後3時30分

2月16日(土) 午前9時～正午

役場正面駐車場

※食器類の無料配布はおこないません。

### 回収について

○回収できるもの

家庭で不要になった陶磁器製の

食器、ガラス製の食器(割れたものでも回収できます)

### ×回収できないもの

・灰皿、花瓶、置物など食器以外のもの  
・陶磁器製の食器でも、素焼きのものや耐熱食器(土鍋など)  
・プラスチック、金属、木製の食器  
・ゴム底や取っ手など異物がついているもの(異物を取り除けば可)  
・業務で使用したもの

※食器類は、新聞紙などに包まず、食器だけの状態で持ってきてください。

※再利用できない食器類(割れたものなど)は、粉碎処理し、路盤材等にリサイクルします。

### 無料配布日

**日時** 2月23日(土)・24日(日)

午前10時～午後3時

(無くなり次第終了)

**場所** 法隆寺観光自動車駐車場

(「斑鳩市」会場内)

※食器類の回収はおこないません。

※食器類を持ち帰るための箱・袋をご用意ください。

▼前回のようす





# 国民年金

## 20歳のスタート



国民年金は、すべての人に共通の「基礎年金」の給付をおこないます。その給付に必要な費用は、日本に住所のある20歳以上60歳未満のすべての人が加入し、その被保険者全体が公平に負担するという考え方が基本になっています。

国民年金は老後だけでなく、保険料を納めている現在も、病気やケガで障害(定められた障害状態)を持つたときなど、万が一のときに年金が受けられるようになっており、あなたの長い人生をずっと支え続けます。20歳以上の人で、まだ国民年金に加入していない人は、すみやかに加入の手続きをしてください。なお、会社員や公務員の人は、厚生年金や共済年金に加入しているため、新たな手続きは必要ありません。

国民年金保険料は、20歳から60歳になるまで納めることになっています。保険料を未納のままにしておく

と、将来年金が受けられなくなる可能性がありますので、忘れずに納めましょう。納め忘れた場合でも、過去2年以内ならば、さかのぼって納めることができます。

学生で、保険料を納めることが困難な場合は、「学生納付特例制度」をご利用ください。学生本人の所得が一定基準以下の場合、申請することによって保険料が猶予されます。

学生以外の人で、失業、経営不振などで保険料を納めることが困難な場合は、「保険料免除制度」をご利用ください。(申請者本人、配偶者、世帯主の所得等により免除されない場合があります。)また、世帯主の所得が高いために免除の対象にならない20歳代の人には、「若年者納付猶予制度」があります。(所得の基準や申請の期限等につきましては、問い合わせてください。)

※学生納付特例制度、保険料免除制度、若年者納付猶予制度は、原則として毎年度申請が必要です。

**保険料は、きちんと納めましょう**  
**定額保険料 月額14,980円**  
**定額保険料+付加保険料 月額15,380円**

(平成24年4月から平成25年3月まで)

国保医療課 (☎内線115)

## 「就職応援フェア

### 「企業合同説明会」開催

ならじョブカフェ

奈良市西木辻町93-6

エルトピア奈良内

(☎0742-2210)

県内の企業約80社が学生等の就職希望者に対して会社概要や求人内容等を説明する「企業合同説明会」を開催します。当日は、「合説100%活用セミナー」や「就活実践セミナー」のほか、じョブカフェコーナー・無料職業紹介所コーナー等、さまざまな就職支援も同時に開催しています。

**日時** 3月6日(水)

午前10時40分～午後4時

(受付 午前10時20分～)

**場所** 奈良県新公会堂

(奈良市春日野町101)

**対象者** 平成26年3月大学等卒業予定者および、卒業後3年以内の求職者

※申込不要



## 斑鳩交番だより

西和警察署

(☎0745)

(720110)



## 店長さん、つり銭詐欺に注意を!!

12月以降、奈良県内で相次いでつり銭詐欺が発生しています。その手口は次のようなものです。

**【事案1】** コンビニでたばこを購入し、精算を済まし、いったん店外に出た後すぐに戻ってきて、「つり銭が〇〇円足りなかった」とクレームをつけてお金をだまし取る。

**【事案2】** コンビニでパンを購入し、精算の際一緒にいた子どもにつり銭を受け取らせいったん店外に出た後すぐに戻ってきて、「おつりが足りない」とクレームをつけてお金をだまし取る。

### 被害にあわないために、

- 精算時、現金の受け渡しは本人にわかるよう確実に!!
- 防犯カメラの作動状況を確認!!
- 店員に対する防犯マニュアルの周知と警察への早期通報!!

売り場の責任者のみなさんは、各店員さんへの周知をお願いします



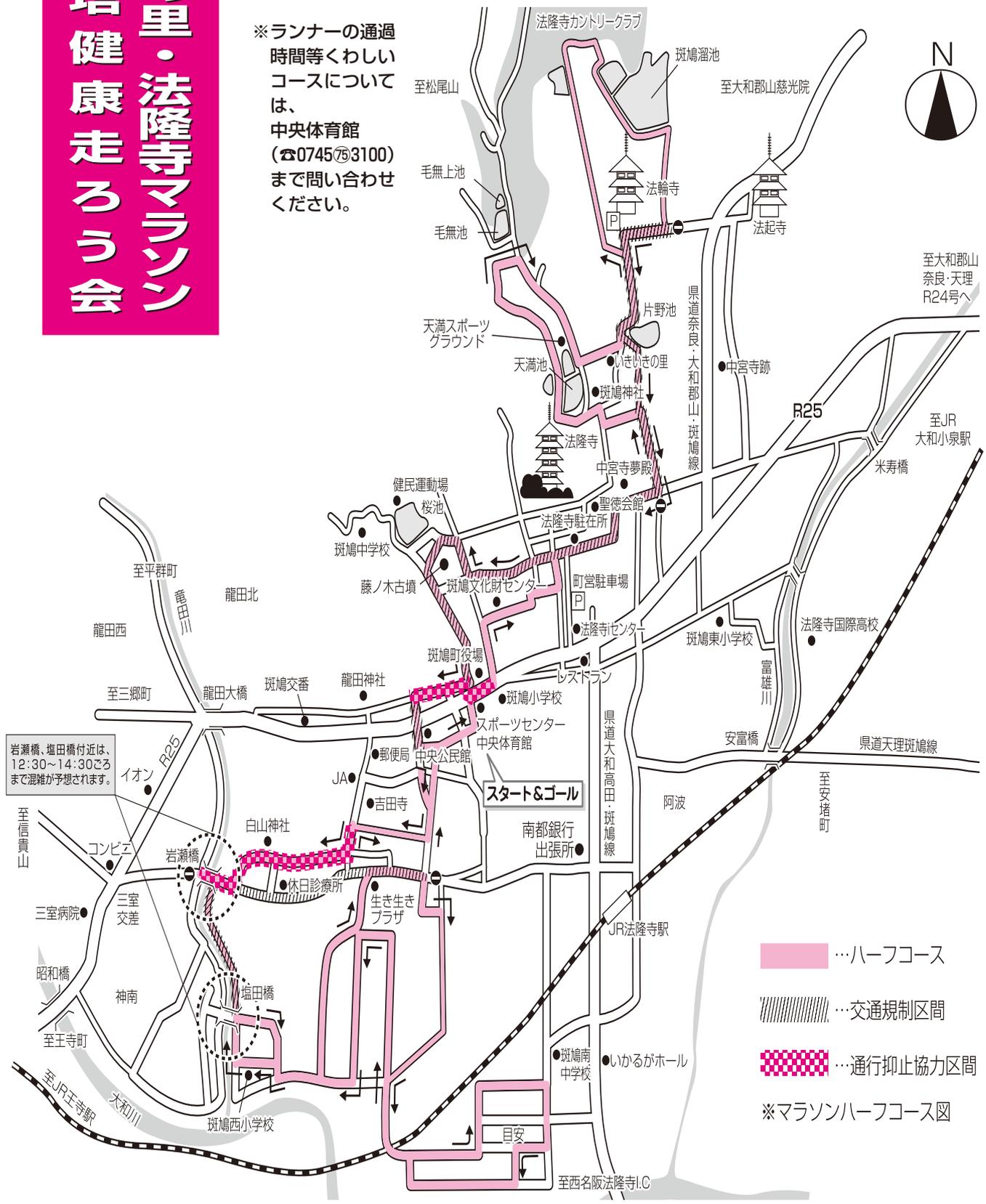
# 斑鳩三塔健康走ろう会 いかるがの里・法隆寺マラソン

2月11日(祝・月)、「いかるがの里・法隆寺マラソン」「斑鳩三塔健康走ろう会」を開催します。

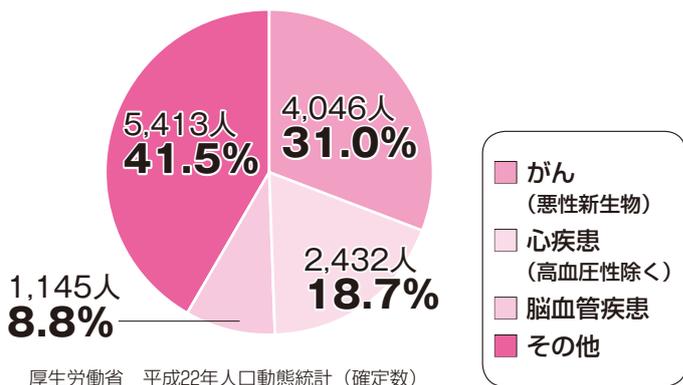
住民のみなさんやドライバーのみなさんには、通行規制などご迷惑をおかけしますが、ご協力・ご声援ください。

※ランナーの通過時間等くわしいコースについては、中央体育館(☎0745(75)3100)まで問い合わせください。

**交通規制の時間**  
**斑鳩三塔健康走ろう会**  
 ▶ 9:25~10:30  
**いかるがの里・法隆寺マラソン**  
 ▶ 11:55~15:00



奈良県における死因割合



がん(悪性新生物)の死因割合全国順位

1位	北海道	32.2%
2位	大阪府	32.1%
3位	神奈川県	31.4%
3位	福岡県	31.4%
▶▶▶ 5位	奈良県	31.0%
6位	東京都	30.8%
6位	京都府	30.8%
8位	埼玉県	30.7%
8位	兵庫県	30.7%
10位	愛知県	30.5%

厚生労働省 平成22年人口動態統計 (確定数) ※参考: 全国平均29.5%

受けましよう!!  
がん検診

奈良県民の死亡原因のトップはがんで、31%を占めています。平成22年にはがんで亡くなった人は4千人を超えていて、これは全国で5位であり、全国平均を上回っています。がんで命を落とさないためには、禁煙など、できるだけがんにならない生活習慣を心がけましょう。

国と県では、「がん対策推進計画」が策定され、「がん検診受診率50%」を目標にしています。がんを克服する最大のポイントは、なんとといっても「早期発見・早期治療」です。症状がなくても定期的に検診を受けることが重要です。定期的ながん検診を受けましょう。

斑鳩町のがん検診受診状況 (平成23年度)

がん検診名	受診者数 (人)	受診率 (%)	精密検査者数 (人)	がんの人 (人)
胃がん	917	9.9	14	3
大腸がん	1,155	12.5	78	4
肺がん	969	11.0	31	0
子宮頸がん	1,502	47.5	11	2
乳がん	1,077	38.9	57	2

※平成24年度の乳がん・子宮がん検診の個別検診は、2月末日で終了です。医療機関が混雑し期限内に予約が取れないことがありますので、まだの人は早めに受けましょう。  
(受診券・健康手帳は保健センターで発行しています。)

平成25年度の集団検診の日程は4月号広報でお知らせします。

個別栄養相談 (予約制)

日程 2月19日(火)・25日(月)・3月5日(火)・15日(金)  
時間 午前10時～午後4時30分 (一人一時間程度)

斑鳩ふれあい弁当 会食

毎月19日は食育の日です。食生活改善推進員さん手作りの旬の地元食材を使ったバランス弁当とデザートを、みんなで楽しく会食しましょう。

日時 2月19日(火) 正午～午後1時

※受付は午前11時45分～正午

定員 30人  
対象 町在住の20歳以上の人  
費用 500円  
申込 2月12日(火)まで

ヘルシー料理教室

日時 2月27日(水) 午前10時～午後1時

内容 調理実習  
対象 町在住の20歳以上の人  
持物 エプロン・三角巾(髪の毛を覆えるもの)・ふきん1枚・台ふき1枚・筆記用具  
費用 500円  
申込 2月20日(水)まで



斑鳩町は妊産婦にやさしい環境づくりを推進しています

# 母子ほけん事業予定表



事業名	実施日	受付時間	対象者	内容等
1歳6か月児健診 (内科・歯科)	2月20日(水)	13:00~13:30	H23年6・7月生	○内科・歯科診察、身体計測等 持物: 母子健康手帳、問診票 対象者には個人通知します。
パパママスクールサロン	2月21日(木)	10:00~11:30	妊娠中の人	○助産師の「なんでもQ & A」 申込: 前日まで
乳幼児相談 (身体計測)	2月22日(金)	9:30~11:00	就学までの児	○身長・体重・頭囲・胸囲測定 持物: 母子健康手帳 定員: 80人 申込: 2月4日(月)から
乳幼児相談 (個別相談)	2月28日(木)	9:30~11:00	就学までの児	○育児や食事のことなどについての相談 申込: 前日まで
2歳6か月児健診 (歯科)	3月7日(木)	13:00~13:15	H22年6・7月生	○歯科診察、フッ素塗布 ※希望者のみ保護者の歯科診察あり 持物: 母子健康手帳、問診票、コップ、歯ブラシ 対象者には個人通知します。
3歳児健診 (内科・歯科)	3月8日(金)	13:00~13:30	H21年6・7月生	○内科・歯科診察、身体計測、フッ素塗布等 持物: 母子健康手帳、問診票、朝一番の尿、コップ、歯ブラシ 対象者には個人通知します。
後期離乳食教室	3月12日(火)	9:45~10:00	H24年4・5月生	○離乳食の話と試食 持物: 母子健康手帳、筆記用具、お茶、おしぼり 申込: 3月5日(火)まで
前期離乳食教室		13:15~13:30	H24年10・11月生	

☆詳しくは保健センターまで問い合わせてください。



ロタウイルスワクチンを接種され、まだ助成請求をしていない人は、3月29日までに手続きをしてください。

これまで接種していたワクチン(ロタリックス)に加え、新しいワクチン(ロタテック)が接種できるようになりました。新しいワクチンの接種回数は3回と従来のワクチンより1回多くなっていることから、3回目の接種費用も助成対象となりました。

乳児のロタウイルス胃腸炎の重症化を防ぐため、ロタウイルスワクチンの接種費用の一部助成をしています。

**お知らせ(任意接種)**  
**ロタウイルスワクチン接種費用助成の**

ワクチンの区分	接種対象と時期	接種回数	標準接種間隔	助成費用
ロタリックス	生後6週から24週まで	2回接種	2回目は4週以上の間隔	1回につき接種費用の2分の1(上限7千円)
ロタテック	生後6週から32週まで	3回接種	4週から10週の間隔	1回につき接種費用の2分の1(上限5千円)

人の動き

28,513人  
(前月比 -7)  
男13,551人  
女14,962人  
11,152世帯  
(前月比 +6)  
(平成24年12月31日現在)

問い合わせ  
斑鳩町総務部企画財政課  
〒636-0198  
奈良県生駒郡斑鳩町  
法隆寺西3丁目7-12  
☎ 0745⑩1001  
FAX 0745⑩1011  
※かけ間違いに注意!

ホームページ  
http://www.town.  
ikaruga.nara.jp/  
E-Mail info@town.ikaruga.nara.jp



# 健康だより



●保健センター(生き生きプラザ斑鳩内)●

☎0745⑦0001 / fax0745⑦40903

## 斑鳩町食育推進計画

「自立に向けた  
食生活の基礎」(NPO)  
青年期  
(おおむね19〜39歳)

青年期は、進学や就職、結婚や妊娠・出産、子育てなど、社会的にも家庭的にも生活が大きく変化する時期です。食事時間や生活リズムが不規則になったり、外食の機会が多くなるなど、自分の食事管理がおろそかになりがちです。この時期の食生活は壮年期以降の健康状態に大きく影響を及ぼすことから、日頃から自分の健康状態をチェックし、望ましい生活習慣と食習慣に改善し、健康の維持増進に努めることが大切です。

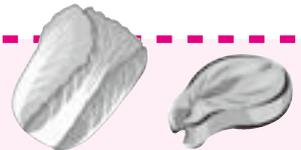
次の六つの取り組みを積極的に実践しましょう。

- ① 食生活に関する知識(栄養バランス・食事量等)を習得する。
- ② 生活習慣病と食生活の関係を理解する。
- ③ 家族や友達と一緒に楽しく食べる機会を増やす。
- ④ 家庭において子どもたちへの食育に取り組む。
- ⑤ 規則正しい食事により生活リズムをつくるために、「朝ごはん」の習慣をつける。
- ⑥ 健診を受けるなど健康管理をおこない、生活習慣病や歯周病の予防に心がける。



## ～みんなが喜ぶヘルシー料理レシピ～

### 〈☆白菜のさけロール蒸し☆〉 (栄養価: 1人あたり125kcal)



#### 材料4人分

白菜	6枚
甘塩さけ	2切れ
酒	小さじ2
こしょう	少々
片栗粉	適量
だし汁	カップ1/2
A 塩	小さじ1/2
酒	大さじ2
B 片栗粉	小さじ1
水	小さじ2
三つ葉	1/2束

#### (作り方)

- ① 白菜は茎と葉に切り分け、茎は5mmの拍子木切りにする。葉はさっと茹でて縦半分に切る。
- ② さけは、皮と骨を除いて細切りにし、酒・こしょうをふる。
- ③ 白菜は葉先を手前にして広げ、片栗粉を薄くふり、白菜の茎とさけをのせて巻く。
- ④ フライパンにAを煮立て、③の巻き終わりを下にして並べ、ふたをして8分ほど蒸し煮にする。
- ⑤ 器に盛り、煮汁にBでとろみをつけて、上から三つ葉をあしらう。

今年も未来を熟く語ってくれる新成人が揃いました。斑鳩を巣立ってゆく人、斑鳩を背負って立つ人、未だ悩める人。将来への展望はそれぞれでも斑鳩への愛着は皆同じ。ホールでの新成人の笑顔を見ていると、そう感じました。 (た)

## 広報クイズ

Q 今年、斑鳩町で成人の日を迎えた人は、何人でしょう。

(2月12日必着)

**応募方法** はがきにクイズの答え、住所、氏名、電話番号を書いて、「〒636-0198 斑鳩町役場・広報クイズ係」まで。正解者のなかから、抽選で2人に図書カードをプレゼントします。プレゼントの当選は、発送をもってかえさせていただきます。

1月号のクイズの答 風土記

(応募総数15)

町政や広報についてのご意見・ご要望も、お書き添えください。

## 町民憲章 (平成9年5月9日制定)

わたしたちは、聖徳太子ゆかりの斑鳩のまちに住むことを誇りとし、「和」の精神を尊び、明るく豊かな郷土をつくります。

- 一、歴史と文化を大切にし、貴重な遺産を次の世代に伝えます。
- 一、恵まれた自然との調和をはかり、やすらぎのあるまちにします。
- 一、人権を尊重し、心のふれあうまちをめざします。
- 一、ともに生き、ともに学び、未来を拓く活力のあるまちにします。
- 一、知恵と力を出し合い、住みよいまちを築きます。

