



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”



絵本の中には“ふしぎ”がいっぱい！  
 ～親子であそぼ。春～

2013  
 7  
 No. 574

2 ふるさとの魅力

再発見の夏

—夏のイベント特集

7 7月は「社会を明るくする運動」

強調月間

8 まちの話題

10 いにしへの風 ～斑鳩文化財センターだより～

11 ちょっと知ってる？斑鳩町

12 わたしが私らしくあるために

13 バゴちゃんの地球となかよし

14 まちの情報

20 ほけんだより

# 夏のイベント特集 ふるさとの魅力 再発見の夏

わがまちの夏を満喫しに出かけよう！

今年も暑い夏がやってきました。「法隆寺地域の仏教建造物」が世界遺産に登録されて20周年の節目の年とあって、例年以上に斑鳩ならではの楽しいイベントがたくさん企画されています。参加すれば、きっと新たな斑鳩の魅力に出会えるはず！

## 第16回 斑鳩の里子ども夏祭り

**日時** 7月14日(日) 午後4時～7時、小雨決行(荒天中止)  
**場所** 中央公民館  
**内容** 模擬店、チャレンジゲーム、なつかしい遊びコーナーなど盛りだくさん  
**主催** 斑鳩町子ども夏祭り実行委員会  
 ※駐車場がありませんので、車での来場はご遠慮ください。また、ごみの持ち帰りにご協力ください。  
**問合せ** 中央公民館(水曜休館) (☎0745④1511)



## 第33回 斑鳩町商工まつり

子どもから大人まで楽しく学べるイベントがいっぱいです。

**日時** 7月27日(土) 午前10時～午後8時(予定)  
**場所** いかるがホール、斑鳩南中学校東側駐車場  
**内容**

- 地元企業などのPR展
- 地元小学生によるちびっ子ステージ
- 大ビンゴ大会
- フリーマーケット
- 手のひらアート完成披露
- 和太鼓いかるがと龍真太鼓(長野県飯島町)の共演
- その他イベント多数予定

**問合せ** 斑鳩町商工会事務局 (☎0745④2500)  
 ※各イベント開始時間については、当日確認ください。  
 ※駐車場に限りがありますので、公共交通機関(最寄駅: JR 法隆寺駅)をご利用ください。  
 ※当日会場周辺の一部で通行止めをおこないますので、ご理解、ご協力をお願いします。



● 斑鳩文化財センター ●

## まがたま こども勾玉づくり教室

古代の装身具として作られた勾玉を、自分で作ってみませんか。

**日時** 8月11日(日) 午後1時～4時(予定)

**場所** 中央公民館 創作室

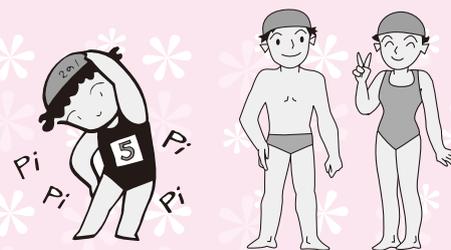
**募集対象** 町在住の小学4～6年生とその保護者

**募集人数** 15組30人(定員を超えた場合は抽選)

**参加費** 材料費(200円)、保険料(100円程度)  
(当日徴収)

**募集期間** 7月1日(月)～19日(金)

**申込・問合せ** 斑鳩文化財センター窓口・faxにて受け付けします。詳しくは、下記まで。(水曜休館)  
斑鳩文化財センター (☎0745⑦1200)  
(fax 0745⑦1201)



## スイミングフェスティバル

夏の思い出に、家族そろって記録に挑戦してみませんか。

**日時** 8月4日(日) 午前9時～  
(雨天中止)

**場所** 町民プール

**資格** 町在住・在勤の人

**区分**

男子…小学生の部、中学生の部、  
30歳までの部、31歳以上の部  
女子…小学生の部、中学生の部、  
一般の部

**種目** 25m…自由、平泳、背泳  
50m…自由、平泳、背泳  
100m…自由、平泳、背泳  
100mリレー

**申込** 指定用紙(中央体育館窓口で配布)に必要な事項を記入のうえ、7月15日(月)～29日(月)の間に、中央体育館へ申し込んでください。

※競技以外にスイミングウォークをおこないますので、家族そろって参加してください。(参加自由)

**問合せ** 中央体育館(水曜休館)  
(☎0745⑦3100)



## 夏休みキャンプだホイ

アウトドアクッキング、キャンプファイヤー、自然素材を使った工作など楽しい催しがいっぱいです。

**日時** 8月3日(土)～4日(日)

**場所** 奈良県立野外活動センター

**対象** 町在住の小学生

**定員** 20人

**参加費** 3,200円

**主催** 斑鳩町子ども会連絡協議会

**申込** 指定用紙(中央公民館窓口で配付)に、必要事項を記入のうえ、7月11日(木)～18日(木)の間に、中央公民館へ申し込んでください。

**問合せ** 中央公民館(水曜休館)  
(☎0745⑦1511)



# 世界遺産を感じ、世界遺産へ旅をしよう！

● 斑鳩文化財センター夏季特別展 ●

## 「世界文化遺産登録20周年記念事業 法隆寺昭和大修理展」

「法隆寺地域の仏教建造物」の世界文化遺産登録20周年を記念し、法隆寺の保存において大変意義深い大事業であった「昭和大修理」を取りあげ、その内容や歴史的意義について紹介します。



**期間** 8月1日(木)～9月17日(火)

**見学時間** 午前9時～午後5時  
(入館は午後4時30分まで)

**場所** 斑鳩文化財センター展示室

**展示品** 建築古材、瓦、写真パネル等

**観覧料** 無料

**問合せ** 斑鳩文化財センター (水曜休館、ただし特別展期間中は無休) (☎0745⑩1200)

## 世界遺産めぐり バスツアー

法隆寺と姫路城が日本で最初の世界文化遺産に登録されて20周年になることを記念して、大修理中の姫路城、武家屋敷跡の日本庭園「好古園」の見学や、姫路市民との交流をおこなう日帰りバスツアーをおこないます。

**日時** 8月27日(火)  
午前8時30分  
法隆寺iセンター集合

**定員** 80人

**参加費** 昼食・見学込み 5,000円

**申込** 7月25日(木)～30日(火)の間に中央公民館内 斑鳩ユネスコ協会事務局へ申し込んでください。

**問合せ** 中央公民館(水曜休館)内 斑鳩ユネスコ協会事務局  
(☎0745⑦1511)

## 世界遺産・文化遺産 夏の上映会

入場無料  
申込不要

町立図書館が所蔵する視聴覚資料を用いて、一般成人の人を対象に世界遺産・文化遺産などに関する上映会をおこないます。

**日時** 7～8月の毎土曜日(全9回) 午後6時(開場 午後5時30分)

**場所** 町立図書館 多目的室 **定員** 各回15人(先着順)

**上映される資料**

第1回「奈良大和路古道紀行 飛鳥の道」

第6回「蘇る玉虫厨子」

第2回「奈良大和路古道紀行 斑鳩の道」

第7回「国宝 法隆寺1・2」

第3回「奈良大和路古道紀行 柳生街道」

第8回「五重塔はなぜ倒れないか」

第4回「奈良大和路古道紀行 山の辺の道」

「国宝 広隆寺・中宮寺」

第5回「日本でいちばん美しい街並」

第9回「日本絵巻大全 2巻・3巻・4巻」

**問合せ** 町立図書館(火曜・第2木曜休館) (☎0745⑦7733)

法起寺



法隆寺



姫路城



# 図書館で学び、いかるがホールで楽しもう!

## 東日本大震災復興チャリティーコンサート

陸前高田市の流木で製作された津波ヴァイオリンとストラディヴァリウス、ピアノによるチャリティーコンサートを開催します。ご家族やお知り合いをお誘いあわせのうえ多数ご来場ください。

なお、このコンサートによる収益金は、東日本大震災の被災地（岩手県陸前高田市、大槌町）への義援金とさせていただきます。

**日時** 9月7日(土) 午後1時30分 開演 **場所** いかるがホール 大ホール

**出演** 中澤きみ子 (ヴァイオリン) / ヘンリ・シーグフリードソン (ピアノ)

**入場料** 前売り2,000円 (当日2,500円)

### 【第一部】 津波ヴァイオリンの響き

津波ヴァイオリン誕生の話 / 予定曲目：からたちの花、故郷、花は咲く他

### 【第二部】 ストラディヴァリウスの響き

ストラディヴァリウスによる名曲コンサートと、世界的に活躍しているピアニストの名曲コンサート

予定曲目：ユモレスク、幻想即興曲、ラ・カンパネラ、ツィゴイネルワイゼン他

**主催・問合せ** 中央公民館(水曜休館)内 斑鳩ユネスコ協会事務局 (☎0745④1511)



前売り券のお求めは、いかるがホール、役場企画財政課、中央・東・西公民館、法隆寺iセンター、JR 法隆寺駅観光案内所、ふれあい交流センターいきいきの里、東・西老人憩の家、すこやか斑鳩スポーツセンター、特定非営利活動法人「虹の家」、あゆみの家へ

## 「1日図書館員」になりませんか

図書館職員と一緒にカウンターの仕事や本の整理をしてみませんか。

**日時** 8月1日(木)・2日(金)

**場所** 町立図書館

**対象** 町在住の小学5・6年生

**内容** カウンターでの窓口案内や本の整理など

**定員** 1日10人 (応募多数の場合は抽選)

**申込** 7月8日(月)までに申込用紙におすすめの本の題名と、紹介文をそえて町立図書館または中央・東・西公民館図書室へ (詳しくは図書館等で配布のちらしをご覧ください) 申し込んでください。

**問合せ** 町立図書館 (火曜・第2木曜休館)  
(☎0745⑦7733)



## えほんのひろばをつくらう 絵本を楽しもう

地域のボランティアと小・中・高校生が、絵本を読みあう「えほんのひろば」をつくり、小さな子どもたちと一緒に楽しめます。

**対象** 小学5・6年生・中学生・高校生・この活動に関心をもつボランティア

**講師** 宮田和子氏 (第1回のみ)

**定員** 40人 **参加費** 無料

**日程** 全4回

8月4日(日) 午前10時～  
いかるがホール研修室

8月23日(金) 午前9時～  
町立たつた保育園

8月26日(月) 午前9時～  
町立あわ保育園

11月10日(日) 午後2時～  
町立図書館

**申込** 7月14日(日)までに、図書館等で配布のちらしに添付の「申込書」に記入のうえ、小・中学生は町立図書館または学校図書室担当の先生へ、高校生・地域ボランティアの人は直接町立図書館へ、申し込んでください。

**問合せ** 町立図書館 (火曜・第2木曜休館)  
(☎0745⑦7733)



# エコを学び、エコを実践しよう！

● エコるが（斑鳩町地球温暖化対策地域協議会）夏休み親子環境教室 ●

## ゴーヤでエコクッキング教室

夏の栄養源ゴーヤを使ったエコで楽しい調理方法を紹介します。

緑のカーテンでたくさん実ったゴーヤを無駄なくおいしく食べながら、親子で地球温暖化防止について考えましょう。

**日時** 7月31日(水) 午前10時～午後1時

**場所** 生き生きプラザ斑鳩内調理実習室

**内容** ゴーヤを使った調理実習

**対象** 町在住の3歳以上の親子  
(子どもだけの参加はできません)

**定員** 親子で30人まで(先着順)

**参加費** 無料

※就学前のお子さんの託児を希望される場合は、申込時に申し出てください。

**申込** 7月24日(水)までに、電話・fax・Eメール(kankyoutown@town.ikaruga.nara.jp)で住所・氏名・電話番号を環境対策課(エコるが事務局)へお知らせください。

**問合せ** 環境対策課  
(エコるが事務局 ☎内線134)



## ダンボール型コンポスト体験教室

ダンボールを使って、家庭で生ごみ減量に挑戦してみませんか。

教室参加者には、「生ごみゼロ・トライアルキット」をプレゼント。家庭の生ごみ減量に、子どもとの夏休みの自由研究に、親子で参加してみたいはいかがですか。

**日時** 7月23日(火) 午前10時～11時30分

**場所** 中央公民館 2階創作室

**内容** 「生ごみゼロ・トライアルキット」の使

い方を紹介します。

※参加者のみなさんには、教室参加後半年間、毎月の使用状況の報告をお願いします。

**対象** 町在住の人(大人だけでの参加はできませんが、子どもだけでの参加はできません)

**定員** 40人(先着順)  
(キットは1家族に1つ用意します。)

**参加費** 無料

**申込** 7月16日(火)までに、電話・fax・Eメール(kankyoutown@town.ikaruga.nara.jp)で住所・氏名・電話番号を環境対策課にお知らせください。

※就学前のお子さんの託児を希望される場合は、申込時に申し出てください。

**問合せ** 環境対策課(☎内線134)

### \*生ごみゼロ・トライアルキットとは

一般家庭の約1日分の生ごみ(約300g)を毎日処理できるバイオチップとダンボール、かき混ぜ用シャベルなどが入っています。他に道具などを用意する必要がなく、すぐに生ごみの処理をはじめられます。バイオチップの働きで、生ごみが分解され、90%以上の生ごみが消滅するので、生ごみを手軽に減量できます。\*たい肥を作るものではありません。



# 7月は“社会を明るくする運動” 強調月間

毎年、7月は「社会を明るくする運動」の強調月間となっています。

この運動は、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、それぞれの立場において、力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

この機会に、犯罪のない明るい社会を築くために、どのようなことができるか、一人ひとりが考えご支援くださいますようお願いいたします。

## 更生保護：立ち直りを支えるしくみ

罪を犯した人たちの立ち直りを助け、  
再び犯罪や非行に陥るのを防ぐしくみを更生保護といいます。  
更生保護は地域に住む多くの人たちに支えられ進められています。

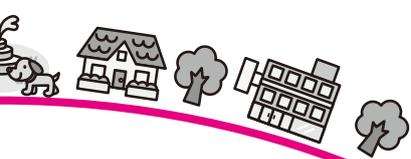


## 犯罪や非行を防止し、立ち直りをさせる地域のチカラ

私たちの身のまわりでもいろいろな犯罪が発生し、増加しています。犯罪のない安心して暮らせる社会を築いていくためには、犯罪を取り締まるだけでなく、一度罪を犯してしまった人たちが二度と過ちを犯さないよう更生を支援すること、また、犯罪が起こらない社会にしていくことが重要です。保護司は、地道ながらこれらに努力しています。

生駒南地区保護司会





## 大笑い 話術がさえる プロの芸

～ NHKラジオ「上方演芸会」～

5/17・いかるがホール

斑鳩町とNHK奈良放送局の共催で、NHKラジオ「上方演芸会」の公開録音がおこなわれました。

出演したのはテレビなどでおなじみのギャロップ、海原はるか・かなた、ティーアップ、横山ホットブラザーズの4組で、普段なかなか生で見ることでできない人気漫才師の話芸に、会場は笑い声であふれていました。



▲ギャロップ



▲海原はるか・かなた



▲ティーアップ



▲横山ホットブラザーズ

## 通うたび 増える料理のレパートリー

～ チャレンジ介護予防・料理教室 ～

5/31・生き生きプラザ斑鳩

65歳以上の要支援・要介護認定を受けていない町在住者を対象に、生き生きプラザ斑鳩で毎月開かれている料理教室。この日は煮物がテーマで、「サバのみそ煮」「肉じゃが」などを作りました。栄養士会のみなさんが講師となり、参加者はいろいろと質問をしながら調理をすすめ、最後はみなさんで試食。和気あいあいと自分の料理を楽しんでおられました。初心者も経験者も、男性も女性も気軽に参加できるこの教室の詳細は、毎月15日発行の広報「斑鳩」お知らせ版に掲載しています。



## 「生」と「性」「なぜ?」「どうして?」に 構えない

～ ママカアップ講座 ～

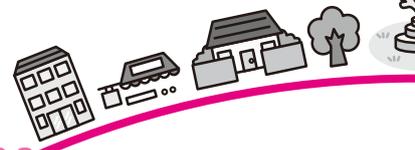
6/3・生き生きプラザ斑鳩

「生と性の『なぜ?』『どうして?』に答えるには」と題して、奈良県助産師会の菊地光先生による講演がおこなわれました。

子どもたちが抱く素朴な疑問に対して、どう返していくかやお母さん自身がわからない男の子の性の問題など、人にはなかなか聞けなかったり、対応が難しい問題について、わかりやすくいていねいな説明があり、参加者のみなさんは一様に納得しているようでした。

菊地先生は、「性教育とは、いのちを育てていくための知恵を与え、自分が大切な存在であることを伝えることです。」と話され、「嘘をつかず、マイナスの言葉を使わず子どもと話せばそれでいい」との言葉には、参加したお母さんたちの肩の力が抜け、リラックスした雰囲気の講座になりました。





## 年ごとにひろがるまちの「きれい」の輪

～ いかるがの里クリーンキャンペーン ～

6/1・町内各所（イベント会場 斑鳩町役場正面駐車場）

毎年恒例の町内全域を対象とするクリーンキャンペーンがおこなわれました。町内各所のスタート地点から、解散場所に向かってそれぞれの人、団体がコースを考え、特にきれいになりたいという思いのある場所の清掃をしました。約2,700人が参加され、集められたごみは970kgになりました。参加者には斑鳩町で収集した枝葉・草類と生ごみで作ったたい肥で育てた水菜、子どもには再生紙で作った工作キット、色鉛筆、ボールペンが配られました。

イベント会場では清掃のあと、ありがとうき(陶器)市の開催、農業振興会や商工会による物産展、たい肥や緑のカーテン用ゴーヤの苗の配布、可燃ごみ処理委託業者によるパネル展示やゲーム等のイベントがおこなわれ、たくさんの人でにぎわいました。家族連れで参加する人も多く、会場を後にするときにはたい肥や野菜などたくさんの荷物を抱えていました。



## 絵本読む? 読んであげよか? うん! 読んで!

～ 親子であそぼ・春 ～

5/23 6/6・町立図書館

親子で一緒に楽しめる絵本やわらべうたを紹介する催し「親子であそぼ・春」が、町立図書館で開かれました。かしの本文庫の平井富久子先生によるやさしい絵本の読み聞かせと、体をいっぱいに使ったふれあい遊び、楽しいわらべうたの散々に、子どもたちだけでなく、お父さん、お母さんたちも一緒になって大はしゃぎ。催しが終わったあとも参加した人同士で談笑したり、たくさん並んだ絵本を順番に読んでりと、時間を忘れて楽しんでいるようでした。



## 車いす 華麗に舞うは プロの技

～ 車いすダンス世界ランカー来訪 ～

6/3・斑鳩町役場

車いすダンスの普及と障害のある人となない人で、教育機関や行政機関での講師派遣をおこなっている市民活動団体「ジェネシスオブエンターテイメント」の所属で、2008年～2012年度の全日本車いすダンス選手権大会 ラテンアメリカン部門のクラスIIにおいて5年連続の優勝を果たし、現在世界ランキング8位の鈴木剛さんが小城町長を表敬訪問。地元生駒郡の三郷町在住である鈴木さんは、いかるがホールにおける芸術文化創造事業から障害者による教育まで、町長と幅広い意見交換をされ、「これからも車いすダンスの公演や講演会活動を通してたくさんの方々が社会貢献できるよう力を尽くしていきたいです。」と力強く語っておられました。



# 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)

中宮寺跡の発掘調査は、今からちょうど50年前の昭和38年の1次調査にはじまり、平成22年度の14次調査をもって終了しました。このたび、その成果をまとめた『史跡中宮寺跡発掘調査報告書』を刊行したことから、今回は、中宮寺跡の発掘調査の成果についてお話しします。



▲ 塔と金堂の基壇跡 (南東から)

## みんな知ってる？中宮寺跡！

### 中宮寺と中宮寺跡の違いは？

中宮寺の創建については、聖徳太子が建てた七つのお寺の一つとする説や、聖徳太子の母親の穴穂部間人皇女の宮を寺にしたという説などがあります。定かではありません。

現在の中宮寺は、法隆寺の夢殿がある東院の北東側にありますが、創建当初の場所は、現在の中宮寺から東へ約400mのところであり、現在の場所へは、1600年頃までに移転していったと考えられています。

このことから、現在の中宮寺と区別するため、創建された場所を中宮寺跡と呼んでいます。中宮寺が現在地へ移転した後は、創建の地である中宮寺跡はすっかり農地となり、遺跡のほぼ中央に土壇状をした高まりだけが鳥状に残っていました。また、高まりの南側には溜池がつくられるなど、当時の姿とは一変してしまいました。そんな中宮寺跡で、はじめて発掘調査がおこなわれたのは、昭和38年のことです。それ以来、平成22年度までに14回にわたり中宮寺跡の発掘調査がおこなわれてきました。

### 高まりの正体は？

遺跡のほぼ中央にあった高まりは、南側が塔で、北側が金堂の基壇跡であることが判明し、大阪の四天王寺と同じように建物が南北に並んだ配置(四天王寺式伽藍配置)をして

いることがわかりました。また、創建の由来は明らかではないものの出土した瓦などから、創建時期は7世紀前半であることがほぼ確実となりました。高まりの正体である塔や金堂の基壇跡については、飛鳥時代のものがこれほどよく残っている事例は全国的に見てもかなり貴重なものです。塔では、心礎(塔の中央にある長い柱)を心礎(心柱を支えるための大きな礎石)の上面に立ち上げるために組まれた建物(やぐら)の柱穴が日本ではじめて確認されるなど、大きな成果をあげることもできました。また、古代の和歌を書いた瓦が見つかるなど、貴重なものも出土しています。

### 調査の詳細は報告書で

これらは中宮寺跡における発掘調査成果のごく一部で、ここで詳しく全てをお話しすることはできませんが、発掘調査の成果をまとめた『史跡中宮寺跡発掘調査報告書』を今年の3月に刊行しましたので、斑鳩文化財センターや町立図書館で見ることが出来ます。発掘調査の内容を詳しく知りたい方はぜひご覧になってください。



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。

# ちょっと知ってる？ 斑鳩町

世界遺産登録  
20周年記念特集2

## 1400年の時を越えて

斑鳩町には、世界最古の木造建築が残っています。7世紀に法隆寺・法起寺ほかの仏教寺院が造営され、これらの寺院では現在も宗教活動が続けられています。

法隆寺は、聖徳太子により父である用明天皇の病氣平癒を祈って建立を発願されたものと伝えられています。7世紀初期に創建され、現在の伽藍は西院および東院と子院群で構成されています。西院は7世紀後半から8世紀初頭にかけて再建されたもので、東院は8世紀前半に造営されたものです。

西院の主要建築である金



▲ 法隆寺

今年、「法隆寺地域の仏教建造物」がユネスコの世界遺産に登録されて20周年の節目の年にあたります。

今回は、知っているようで意外と知らないわが町の世界遺産について紹介します。

## わが町の世界遺産 法隆寺地域の仏教建造物とは

堂・五重塔・中門・回廊は、中国や朝鮮にも現存しない初期の仏教建築であり、東西両院のほかの主要建物は主に8世紀から13世紀に建てられたものです。両院の周囲にある子院は12世紀ごろに建築がはじまり、次第にその数を増やしました。17世紀から18世紀にかけての建物が多く、日本の仏教建築の変遷を知ることができる文化遺産が集約されている地域といえます。

### 法起寺も世界遺産

法起寺は、聖徳太子が法華経を講説した岡本宮を寺に改めたものと伝えられており、池後寺、岡本尼寺とも呼ばれています。法隆寺西院と同様、初期の仏教建築で、7世紀に創建された寺院ですが、創建当初の建物としては、今は706年に完成した現存する日本最古の三重塔が残っています。



▲ 法起寺

### 世界遺産としての価値

これらの建造物は、全体のデザインのみでなく、エンタシスを持つ太い柱や雲形の肘木など、細部のデザインにおいても洗練されており、保存状態もきわめて良好です。当時の中国の建造物と共通する特徴が多く見られることから、7～8世紀の東アジアにおける密接な文化交流のようすがうかがえます。また、一つの地域のなかに7世紀から19世紀にいたる各時代の優れた木造建築物が集中して保存されている点で他に類例がなく、世界遺産価値基準に該当すると評価され、世界遺産登録にいたりました。

「こんなうまいもっけ話はありえませんか！」  
犯人は、とてもきれいなパンフレットを用意したり、複数の人物で役割分担したりして巧みに騙そうとしてきます。少しでもおかしいと感じたら、迷わず警察に通報してください。



「うまいもっけ話」の詐欺が増えています  
県内で、「うまいもっけ話」による詐欺が発生しています。次のような電話がかかってきたら、それは「詐欺」です。  
●「あなたは何かしなくても、もうかりますよ。」  
●「A社は、今後必ず上場する会社ですよ。」  
●「斑鳩町内に住む人しか権利がありません。」  
●「必ずお礼をします。」  
●「お金を振り込むので、代わりに未公開株を購入してください。」

斑鳩交番だより

西和警察署

☎0745

(72)0110



# わたしが 私らしく あるために

ver. 136

男女共同参画  
社会をつくろう

## 自分の職場は大丈夫？

異性や同性に性行為を強要することはもちろんのこと、性を原因とした差別行為（女性に掃除やお茶くみ、宴会でのお酌を必要以上に要求する）をしたり、発言したり、遠まわしに言うこともセクハラです。また、「男だったら～すべき」「女のくせに」など、固定的役割分担から差別を口にすることも、セクハラです。

## 切っても切れない セクハラとパワハラ

パワハラとは、パワー・ハラスメントの略で、職場において、地位や人間関係で弱い立場の労働者に対して、精神的または身体的な苦痛を与えることにより、結果として労働者の働く権利を侵害し、職場環境を悪化させる行為をさします。セクハラ

セクシュアル・ハラスメントとは、職場・学校などで「相手の意思に反して不快や不安な状態に追い込む性的なことばや行為」をさします。異性に対するものだけでなく、同性同士であっても性的な行為や言動で相手に不快な思いをさせることは重大な人権侵害であり、いかなる場面でも決して許されません。

# ストップ！ セクシュアル・ハラスメント

は多くの場合、立場や権力の強いものから弱いものへ向けられることが多いため、パワハラにも注意することが必要です。上司が部下にするセクハラなどはその典型です。

## 見落とされがちな 男性間でのセクハラ

セクハラの実害者といえれば女性が主流と言ったイメージが強く、男性被害者は見落とされがちです。男性同士で猥談を強制したり、風俗店へ執拗に勧誘したりすることも、セクハラにあたります。男性被害者の場合は、世間での男性へのセクハラ認知度が低く、相談しにくいと感じる人が多くいます。



## 被害者は苦しんでいます

セクハラによる精神的ショックや噂・風評のために仕事や学校を辞めざるをえない、または休まざるをえない状況に追い込まれる人も多くいます。人間不信に陥り、人との円滑なコミュニケーションができなくなり、うつ病にかかったり引きこもりになってしまうなど、その被害は深刻かつ複雑で、継続的なものも少なくありません。セクハラによる被害は一時的なものにとどまらず、長時間被害者を苦しめ、被害者の人権を著しく侵害します。

職場や学校でなにげなくおこなわれていることが、誰かを苦しめることになっていないか、見つめなおしてあげることが大切です。



夏の上映会開催のお知らせ  
図書館が所蔵する視聴覚資料を使い、世界遺産・文化遺産に関する上



07457733

図書館  
だより

小さい頃誰もが一度は実践し、今なおおこなわれているラジオ体操。この体操の消費カロリーは、速いウォーキングに匹敵することがスポーツ医学で証明されています。この本はラジオ体操全13の動きを写真とDVDを使って詳細に紹介しています。

健康増進のために、小さい頃とはまた違った感覚ではじめてみませんか。

中村格子著 講談社



● おすすめの本 ●  
『実はスゴイ！大人のラジオ体操』

# 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。



節電はガマンより、ちょっとした工夫がポイント！  
パゴちゃんと一緒に暑い夏をかしこくのりきろう！

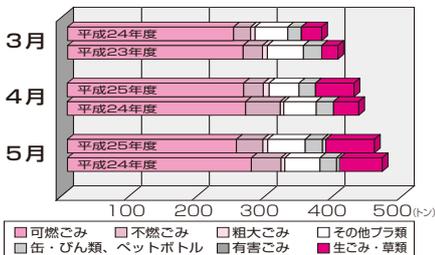
未来が変わる。  
日本が変わる。  
チャレンジ25

## 暑い夏、できるだけ涼しく過ごす方法

梅雨が明けたら本格的な夏の到来です。気温がグンと上昇した時に、クーラーのスイッチを入れれば、すぐに涼しさが手に入りますが、環境問題、電気代、冷房病など問題もあります。そこで今回は夏を涼しく過ごすための工夫を紹介します。



家庭から出るごみの量



**5月の生ごみたい肥化量20,896kg**  
可燃ごみの7.7%をたい肥化で  
きました

※モデル世帯数3,001世帯（5月末）

### ● エアコンをつける前にひと工夫

- **体温を下げる**・・・手首、首筋、足首など、大きな血管が流れているところに冷したタオルを置いて熱を奪う。
- **消灯**・・・必要とする以外の灯りは消し、使っていない電化製品もコンセントから抜いて待機電力をなくす。
- **日光を防ぐ**・・・昼間に直射日光が射す部屋は、すだれや遮光カーテン、つる性植物を利用した緑のカーテン等で日光を防ぐ。
- **換気**・・・窓側に扇風機をおき、外の空気をいれる。窓は、2方向以上開けると風が通り抜けて涼しい。
- **薄着**・・・麻素材など通気性のよい服を着る。
- **霧吹き**・・・霧吹きで水を体に吹きかけ扇風機にあたると、気化熱で涼しく感じる。
- **インテリア**・・・窓際に観葉植物を置いたり、ブルー系のインテリアで揃えると、視覚的に清涼感を感じられる。風鈴の音色にもリラックス効果がある。



### 毎月10日と20日は陶器回収の日〈7月の陶器等回収日〉 7月10日(水)・7月22日(月)

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）

※衛生処理場のみ、7月13日(土)、7月28日(日)も受け付け  
します。



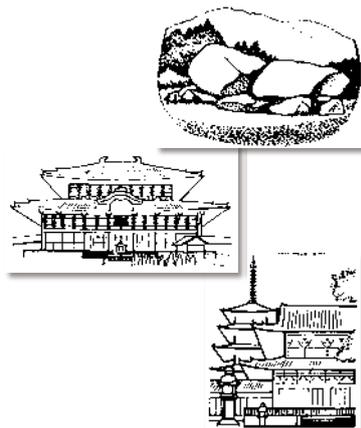
— 今月のおはなし会 —

町立図書館  
日時 7月10日(水) 午後2時～

日時 7月20日(土) 午後3時～

図書室(中央・東公民館)  
日時 7月9日(火) 午後2時～

図書室(西公民館)  
日時 7月9日(火) 午前11時～



映会をおこないます。  
日時 7月～8月の毎土曜日  
午後6時～

(開場午後5時30分)

場所 町立図書館 多目的室

対象 一般成人 各回15人(先着順)

入場無料・申し込みは不要です。

詳しくは4ページをご覧ください。

## 情報

### 募集

#### 学校支援ボランティア募集

生涯学習課（☎内線237）  
学校の教育活動を支援するため、地域住民の支援ボランティアを募集します。

教育やボランティア活動に意欲と関心を持っている人であればどなたでも参加できます。

学校の求めと地域の力をマッチングして、より効果的な学校支援にご協力ください。

#### ●ボランティアの活動事例

- ・ 図書や校庭などの整備
- ・ 運動会などの学校行事の運営補助
- ・ 体育などの授業補助

・ 総合学習の時間を利用した体験活動の指導者 など

ボランティア活動に参加するには、登録が必要となります。詳しくは生涯学習課までご連絡ください。



- 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 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

#### 自衛官を募集します

自衛隊奈良募集案内所

奈良市高天市町11-1 高天飯田ビル2階（☎0742-5701）

種目 ①一般曹候補生 ②自衛官候補生 ③航空学生

受付 ①、③は平成25年8月1日（木）～9月6日（金）（締切日必着）

②は男子：年間を通じて 女子：平成25年8月1日（木）～9月6日（金）

※募集説明会を8月3日（土）～5日（月）の午前10時～午後4時の間、

自衛隊奈良募集案内所で実施します。詳しくは自衛隊奈良募集案内所まで問い合わせください。

●平成24年4月から  
すべてのごみを祝日も収集  
しています

7月15日（月・祝）

可燃ごみ（月・木地区）、不燃ごみ（C地区）、枝葉・草類（月曜地区）のごみ収集あります

環境対策課（☎内線134）

#### 7月の相談

	相談日	時間	場所	申込
無料法律相談	9日（火）、16日（火）、23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	25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）
人権相談	4日（木）、11日（木）、18日（木）	13:00～16:00		
行政相談	10日（水）（毎月第2水曜日） 2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☎0745-74-0077 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	☎0744-44-2055 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		福祉課（☎内線125）
女性のための相談	12日（金）（第2金曜日） 26日（金）（第4金曜日）	9:30～12:30 13:00～16:00	役場会議室	予約専用☎0745-74-9269 休日を除く8:30～17:30
増改築無料相談	20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 ☎0745-74-1218

※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。

● 広告 枠 ●



● 手続き ●

**結婚50周年(金婚式)を迎えられるご夫婦へ**

福祉課 (☎内線123)

斑鳩町では、結婚50周年を迎えられるご夫婦に敬意を表し、9月14日(土)に開催する「敬老会」で記念品を贈呈させていただく予定です。該当されるご夫婦は、7月31日(水)までに福祉課窓口で手続きをしてください。

**対象** 斑鳩町に住所があり、昭和38年1月1日から同年12月31日までに婚姻届を出されたご夫婦

**持物** 本籍地が町内の人：印かん

本籍地が町外の人：戸籍抄本またはこれに代わる書類(婚姻日が確認できる書類)

**国民年金保険料の免除・猶予制度をご存知ですか**

国保医療課 (☎内線115)

経済的な理由等で保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除(全部または一部)される制度があります。(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、30歳未満の人は、本人・配偶者の所得が一定額以下の場合、申請により保険料の納付が猶予される若年者納付猶予制度もあります。

免除・猶予の申請を希望される人は役場国保医療課までお越しください。

なお、現在6月分まで承認を受けている人が、引き続き7月分から来年6月分まで免除・猶予を希望される場合は、忘れずに申請してください。(継続審査に該当している人を除きます)

※免除・猶予を申請する際、印鑑と年金手帳を持参してください。なお、退職・失業等により免除申請をする人は、雇用保険受給資格者証など失業していることが確認できる証明書をお持ちください。

※保険料を未納のままにしておくと、将来、老齢基礎年金を受け取れない場合や、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生した際の障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。必ず保険料を納付するか、納付が困難な場合は免除・猶予の申請をしてください。

**特定健診の集団健診を実施しています**

実施しています

国保医療課 (☎内線114)

国民健康保険の特定健診は、県内の医療機関で受けていただく個別健診のほか、今年度も次の日程で集団健診を実施しています。生活習慣病の早期発見や重症化予防のためにすすんで健診を受けましょう。

※集団健診は健診結果が個別健診より早く分かり、健診時間も短くて済むなどのメリットがあります。事前に申し込みが必要ですので、詳しくは5月号広報をご覧ください。

**日程**

- ① 7月26日(金)
- ② 9月18日(水)

右記の日程で、大腸がん検診、前立腺がん検診も同時に受けることができます。

**7月の納税**

納期限 **7月31日(水)**

- 固定資産税 (第2期分)  
..... 税務課 (☎内線153)
- 国民健康保険税  
後期高齢者医療保険料  
(普通徴収・第1期分)  
..... 国保医療課 (☎内線114)
- 介護保険料  
(普通徴収・第1期分)  
..... 福祉課 (☎内線123)

お忘れなく納付してください。

## 車椅子昇降用リフト付

## マイクロボスを ご利用ください

福祉課 (☎内線124)

斑鳩町では、高齢者や障害のある人の社会参加、地域福祉の推進を目的とする活動を促進するため、車椅子昇降用リフト付マイクロボスを運行しています。お気軽にご利用ください。

**利用団体** 町内に住む人で構成される次の団体

- ① 60歳以上の高齢者団体
- ② 障害者団体
- ③ 福祉団体

**運行時間** 午前8時30分～

午後5時30分(年末年始を除く)

**費用** 無料(但し、有料道路通行料・

駐車料・運行範囲が生駒郡外となる場合の燃料費・運転手の宿泊費は利用者負担)

**申込** 利用日の2ヶ月前～1ヶ月前の間に、斑鳩町社会福祉協議会に必要書類を提出してください。

※その他、運行範囲、利用人数等の制限もありますので、詳しくは左記に問い合わせてください。

**申込・問合せ** 斑鳩町社会福祉協議

会(生き生きプラザ斑鳩内 ☎0745⑦5122)

## 外国人住民の方へ

## 「住民ネット」「住民カード」 の運用がはじまります

住民課 (☎内線162)

平成25年7月8日から、外国人住民の人についても住民基本台帳ネットワークシステム(住民ネット)の運用が開始されます。

外国人住民の人の住民票に住民票コードが記載され、ご本人には、住民票コードを通知しますので、大切に保管してください。特に何か手続きをする必要はありません。

また、住民ネットの運用開始に伴い、外国人住民の人も住民基本台帳カード(住民カード)の交付を受けることができるようになります。交付を受けるためには、本人の申請が必要です(手数料500円)。

※住民ネットは、住民のみさんの利便性の向上に資するため、居住関係を証明する住民基本台帳をネットワーク化した全国共通の本人確認ができるシステムです。

※住民票コードは、住民ネットにおいて全国共通の本人確認をおこなうにあたって必要不可欠な、無作為の11桁の番号です。

※住民カードは、セキュリティに優れたICカードで「写真付き住民カード」は公的な証明書としても

使えます。

## 問合せ

● 総務省コールセンター

(多言語電話相談窓口)

平日 午前8時30分～

午後5時30分)

電話：0570-066-630

(ナビダイヤル)

03-6301-1337

(IP電話・PHSからの利用)

## ● 総務省ホームページ

「外国人住民に係る住民基本台帳制度」(CJN)

(<http://www.soumu.go.jp/>)

[main.sosiki/jichi\\_gyousei/](http://main.sosiki/jichi_gyousei/)

[c-gyousei/zairyu.html](http://c-gyousei/zairyu.html))

## 「公的個人認証サービス」 停止のお知らせ

住民課 (☎内線163)

公的個人認証サービスの認証局においてシステム更新作業がおこなわれるため、次の期間、それぞれのサービスが停止になります。

※7月29日(月)～30日(火)

窓口での電子証明書の発行・失効業務ができなくなります。

※7月26日(金)～30日(火)

ポータルサイトのオンライン窓口が利用できなくなります。



## 国民健康保険税および 後期高齢者医療制度の保険料の お支払い方法について

### 国民健康保険税（被保険者全員が65歳以上の国民健康保険の場合）および後期高齢者医療制度の保険料については、納付する人が年額18万円以上の年金を受給しているとき、原則として「特別徴収（年金からの天引き）」となります。

ただし、口座振替による納付を希望する人は、指定の口座からの「口座振替」に変更が可能です。

納付方法を「特別徴収」から「口座振替」に変更を希望する人は、次の2点の手続きをお願いします。

- ① 役場国保医療課に、納付方法変更申出書（役場窓口備付け）を提出してください。
- ② 金融機関窓口に、口座振替依頼書を提出してください。

※口座振替依頼書は役場でお渡しします。金融機関での手続きには預貯金通帳および通帳の届出印、保険証等が必要となります。詳しくは、金融機関におたずねください。

※すでに口座振替で納付している人

で、引き続きその口座からの振替を希望するときは、口座振替依頼書は不要です。

7月中に手続きを完了された場合は、10月支給年金からの天引きが中止され、口座振替による納付となります。

※引き続き「特別徴収」を希望する人は、手続きの必要はありません。

### 注意

- ① 保険税（料）の納付状況等から「特別徴収」に戻る場合があります。
- ② お支払いする保険税（料）の総額は変わりません。
- ③ 口座からのお支払いに変更した場合、確定申告等の社会保険料控除は、口座振替により支払った口座名義人の人に適用されます。
- ④ 国民健康保険税の口座振替は、後期高齢者医療制度には引き継がれません。

問合せ 国保医療課

（☎内線112～116）

## 自分の行動をふりかえり 相手を思いやる心を大切に

7月は「差別をなくす強調月間」です

差別をなくすには、差別に気づき、差別の現実を知ることが大切です。自分の人権が侵害されていないか、自分の周囲の人たちの人権は守られているのか、確かめてみることで、日常の人とのかかわりのなかで、相手のちょっとした一言で傷ついたり、悲しんだり、怒ったりすることがあります。

自分の立場や気持ちを伝えると同時に、相手の立場や気持ちに気づくことも大切です。互いの人権を確かめ合うことから始めましょう。

## 差別をなくす町民集会

福祉課（☎内線125）

差別のない明るいまちづくりは、私たち一人ひとりが人権の大切さから始めることから。理解を深めることから。ぜひご参加ください。

日時 7月12日（金）午後2時～3時30分

場所 中央公民館大ホール

講演 「出会いに学ぶ」

講師 三輪山平等寺副住職・差別をなくす奈良県宗教者連帯会議事務局長 丸子孝仁氏

※手話通訳、要約筆記あります。

2013年 市町村振興宝くじ・（公財）奈良県市町村振興協会

## サマージャンボ宝くじ・2000万サマー

発売期間 7月10日（水）～8月2日（金）

この宝くじの収益金の一部は、県内市町村に交付され、明るいまちづくりや環境政策、高齢化対策など、地域住民の福祉向上のために使われます。

サマージャンボ：

1等・前後賞あわせて5億円  
（1等3億円、前後賞各1億円）

2000万サマー：1等2千万円×450本  
（発売総額270億円9ユニットの場合）

当せん金



お買い求めは奈良県内で！

## 「道路施設」の 現況調査について

建設課（☎内線226）

この調査は、町内の道路施設の管理台帳を整備するためにおこなうものです。町内全域を対象に斑鳩町が委託した業者が道路施設の調査をおこない、必要箇所において現場写真を撮影します。町道敷地内での作業となりますが、場所によっては、ご家庭の敷地等個人地に立ち入らせていただく場合もございます。その際には声をかけさせていただきます、ご理解を得たうえで調査をおこないます。作業期間中、何かとご迷惑をお掛けしますが、ご協力お願いします。

なお、委託の作業員は、青色の作業着姿で所定の腕章・名札を着用し、町が発行した「身分証明書」を携帯しておりますので、ご不審な点がございましたら説明および身分証明書の提示を求めてください。



調査期間 平成25年7月上旬  
平成26年3月上旬

調査内容 道路施設の現況調査  
委託業者 内外エンジニアリング(株)

## 中央体育館トレーニング 機器利用回数券の発行に ついて

中央体育館（☎0745⑦3100）  
7月1日（月）から、中央体育館トレーニング機器利用回数券（11枚綴り2,000円 ※通常1人1回200円）を中央体育館事務室で発行します。

## 7月は「青少年の非行・ 被害防止全国強調月間」

青少年の健全な育成について、斑鳩町青少年問題協議会では、年間を通して次の取り組みをおこなっています。

- 青少年の健全育成に関する啓発活動
- 西和警察・西和地区地域安全推進委員斑鳩支部との町内巡回活動  
〈青少年の非行行為等の情報提供は、役場生涯学習課（☎内線238）までお願いします〉
- 青少年悩みごと相談（毎週火・金・土曜日 中央公民館内）  
〈要事前申込  
（☎0745⑦40077）〉

## 消費生活相談室からのお知らせ

### 海外通販のトラブルにご注意を

#### 《相談内容》

● 中学生の息子がいるスポーツメーカーのサッカーシューズをインターネット通販で注文した。サイトは日本語表記なのに、振込口座が外国人名義だったので、不審に思ったが、なかなか入手できない商品だったことから、振込をした。

その後、国際郵便で届いたシューズはラインの色が違ううえ、つくりも粗雑で本物かどうか疑わしい。「注文した商品と違うので、交換を希望」と再三メールを送っているが、何の連絡もない。

#### 《助言内容》

● 海外の通販サイトで商品を購入したところ「届いた商品が模造品のようなだ」「代金を支払ったのに商品が届かない」といった相談が寄せられています。事例のようなサイトは日本語での記載であるため、海外事業者の運営サイトであってもそれと気づかずにご利用してしまうケースがあります。

● 事業者の所在地や連絡先などの情報を事前にしっかりと確認しましょう。メールアドレスしか記載

されていないようなサイトでの取引は危険です。

● 極端に値引きされている場合は模造品の可能性があります。模造品の輸入は消費者が法律違反に問われるおそれもありますので注意しましょう。

● 海外ショッピング（通販・店頭取引を含む）に関する消費者相談窓口として、消費者庁越境消費者センター（CCJ）があります。消費者庁の委託を受けたこの機関では、海外の窓口となる機関と連携し、相手国事業者と相談内容を伝達して対応を促したり、消費者と相手国事業者の間に発生する「言葉の問題」、「法律・商習慣の違い」等のサポートもおこなってまいります。詳細はホームページをご覧ください。

#### 《ホームページ》

<http://www.cb-cj.caa.go.jp/>

#### 困った時は…

#### 消費生活相談日（斑鳩町）

毎週木曜日 午後1時～4時

ただし、第4木曜日は午前9時

～正午・午後1時～4時

※月により変更の場合があります。

14ページをご確認ください。

#### 相談員 田中 由香利

問合せ 住民課（☎内線163）



## 斑鳩町は、地域の自治会活動を応援しています

自治会へ加入しましょう

総務課 (☎内線271)

自治会は、地域の人たちが集い、話し合い、協力し合うことによって、よりよい地域づくりをめざす団体です。日頃から自治会活動等を通して、隣近所と交流する機会を持ち、お互いの顔が見える人間関係をつくり、自分たちの町を住みよい町にしましょう。

### 自治会活動の主な例

- ・防災訓練、地域の清掃活動、ごみステーションの管理
- ・高齢者や独居老人等の見守り、防犯パトロール、防犯灯や消防施設(ホース、格納箱)などの設置・維持管理等

※自治会に加入するには、直接地域の自治会の役員さんに申し出てくださいます。地域の自治会がわからない場合は総務課に問い合わせてください。

### 平成25年度自治会連合会

#### 役員紹介

自治会連合会は、地域福祉の増進に寄与するため、自治会相互の連携等をはかり、懇談会や研修会などの

事業をおこなっています。自治会連合会の平成25年度役員は、次のみなさんです。

会長	東川 義則さん (峨瀬第1)
副会長	松村 芳一さん (南興留第二)
会計	伊藤 雄造さん (法隆寺第1団地)
書記	野口 英治さん(五丁南)
会計監査	川端 正泰さん (稲葉車瀬)
評議員	向山 修さん(白石畑)
	二ノ丸 肇さん(長田町)
	福貴田建重さん(橋西北)
	吉川 傳治さん(服部)
	辰巳 徹俊さん(西里)
	水田 恵規さん(高安)
	田中由太郎さん (興留東北垣内)



## 選挙管理委員会からのお知らせ

お知らせ

斑鳩町選挙管理委員会(総務課内)

(☎内線263)

近く参議院議員通常選挙が執行されます。みなさんそろって投票しましょう。



### 期日前投票宣誓書の投票所入場券裏面への印刷について

投票日に仕事などで投票できない人は期日前投票または不在者投票をすることが出来ます。

期日前投票をおこなう際に必要になる期日前投票の宣誓書を、投票所入場券の裏面に印刷しています。期日前投票をする人は、期日前投票所よりスムーズに投票いただくために、自宅等であらかじめ必要事項を記入しておいてください。

なお、従来の宣誓書は期日前投票所に備え付けています。また、不在者投票の方法等について

では、選挙管理委員会に問い合わせてください。

### ならジョブカフェ就活セミナー

ならジョブカフェ  
奈良市西木辻町93-6  
エルトピア奈良内

(☎0742(2)5730)  
(fax0742(2)5757)

アットホームな雰囲気就職活動のコツを学ぶことができる参加型のセミナーです。

日時 ①7月11日(木)

「応募書類の書き方」

②7月24日(水)

「実践に役立つ!」

「面接トレーニング」

①②とも午後1時30分～4時30分

場所 ならジョブカフェ

概要 ①書類選考突破のポイント

②面接シミュレーション

対象 おおむね35歳未満の人(40代前半の不安定就労者を含む)

定員 各回10人程度(先着順)

申込 各回前日までに電話かfax

でセミナー名、開催日、氏名(ふりがな)、居住地の市町村、電話番号、年齢、性別をお知らせください。

また、不在者投票の方法等について

斑鳩町に警報発表時には検診・教室等中止することがありますので「保健センター」までお問い合わせください。

# がん検診予定表

(事前申込要：電話申込可)



事業名	月日	受付時間	対象者	注意事項
大腸がん検診 (容器提出日)	7月26日(金)	9:00~11:00	35歳以上	○容器は事前に保健センターで購入してください。(容器代300円)
乳がん検診 (マンモグラフィ・視触診併用)	8月6日(火)	12:45~13:30 申込先着40人	40歳以上の女性 (平成24年度に町の検診を受診されていない人)	○検診を受けられない人 ・ペースメーカーを入れている人 ・乳房形成術を受けた人 ・授乳中の人
子宮頸がん検診		12:45~13:15 申込先着30人	20歳以上の女性 (平成24年度に町の検診を受診されていない人)	○検査当日に生理中の人は受診できません。
子宮頸がん・乳がんセット検診 (マンモグラフィ・視触診併用)		14:00~14:45 申込先着60人	40歳以上の女性 (平成24年度に町の検診を受診されていない人)	○検診を受けられない人 ・ペースメーカーを入れている人 ・乳房形成術を受けた人 ・授乳中の人 ・生理中の人

☆申込み時に、必ず前回受診日をお知らせください。【子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回です。】

☆検診時は、必ず健康手帳をご持参ください。

☆4週間前後で結果がわかります。異常の有無にかかわらず、検診結果を通知します。

※検診で手話通訳が必要な人はfaxで申し込んでください。

※子宮頸がん・乳がん検診時には託児があります。希望の人は事前に申し込んでください。

平成25年6月に、対象となる人に大腸がん・子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券を郵送しています。まだ受けられていない人は、早めに受けましょう！

事業名	月日	時間	定員	内容
こころの健康相談 (精神保健福祉士による)	7月16日(火)	13:00~15:00	2人	こころの病気かどうか心配である、最近家族のようすがおかしいなどの相談
個別栄養相談 (栄養士による)	7月22日(月)・31日(水) 8月5日(月)	10:00~12:00 13:00~16:30	各日3人	高血圧・高血糖・高コレステロールなどの状態に応じた栄養相談

日程	内容	申込
① 7月25日(木)	9:30~11:30 ・糖尿病のメカニズムについて 講師 石崎整形外科内科 森 朋子 医師	7月22日(月)まで
② 8月9日(金)	9:30~11:30 ・糖尿病にならない食事ってある？ ～私に合った食べ方について～	8月6日(火)まで
③ 8月23日(金)	9:30~11:30 ・血糖値が高くても食べたい！飲みたい！ ～血糖値を上げない工夫～	8月20日(火)まで
④ 9月2日(月)	9:30~13:00 ・運動で糖尿病予防 ・バランスメニューを食べてみよう！(参加費500円)	8月28日(水)まで

## 糖尿病予防教室

**はつらつ運動教室**  
健康運動指導士から、家庭でできる運動や効果的なウォーキング方法などを学びます。

**日時** 7月30日(火)  
午前9時30分~11時

**内容** 呼吸法、ストレッチ、筋力運動など

**対象** 町在住の20歳以上の人

**場所** 生き生きプラザ斑鳩  
機能回復訓練コーナー

**持物** 飲み物・タオル

**申込** 7月25日(木)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
双子クラブ	7月22日(月)	10:00~11:30	多生児を育てている人・妊娠している人	○交流会 申込: 7月19日(金)まで
後期離乳食教室	7月23日(火)	9:45~10:00	H24年8・9月生	○離乳食の話と試食 持物: 母子健康手帳、筆記用具、お茶、タオル 申込: 7月19日(金)まで
前期離乳食教室		13:15~13:30	H25年2・3月生	
乳幼児相談(個別)	7月24日(水)	13:30~15:00	就学までの児	○育児や食事のことなどについての相談 持物: 母子健康手帳 申込: 7月1日(月)~7月23日(火)
乳幼児相談(身体計測)	8月8日(木)	9:30~11:00		○身長・体重・頭囲・胸囲測定 持物: 母子健康手帳 申込: 7月1日(月)~8月7日(水) 先着80人
1歳6か月児健診(内科・歯科)	8月7日(水)	12:45~13:30	H23年12月生・H24年1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。

☆詳しくは保健センターにお問い合わせください。

**不妊・不育治療費の一部助成をおこなっています**

**対象者**

- ・町内に住民登録があり、申請日において1年以上在住している夫婦
- ・不妊症又は不育症と診断され治療を受けている人
- ・医療保険に加入している人
- ・夫婦の前年度の合計所得が730万円未満の人
- ・町税を完納している人

**対象となる治療**

- ・体外受精・顕微授精以外の不妊治療又は不育治療
- ・医療保険適用および適用外の治療費・検査費用・薬剤費(ただし、文書料・個室料・食事代等は除く)

**助成金額**

- ・一般不妊治療 自己負担額のうち5万円まで
- ・不育治療 自己負担額の2分の1。(上限は10万円)

**申請方法** 年度の末日までに保健センターへ交付申請等の手続きをしてください。(1年度につき1回)

\*詳しくは、保健センターにお問い合わせください。

## 子宮頸がん予防ワクチン接種のお知らせ

子宮頸がん予防ワクチンの積極的な接種勧奨を差し控えることとなりましたが、接種を希望される場合は、医師と相談してください。

## 日本脳炎予防接種のお知らせ

高校3年生(平成7年4月2日~平成8年4月1日生まれ)の人に第2期の接種勧奨の通知をしています。まだ予防接種を受けていない人は医療機関に予約して夏休みまでに受けましょう。  
 ※平成7年4月2日~平成19年4月1日生まれの人で積極的勧奨の差し控えにより、接種がまだの人は、20歳未満まで接種することができます。

対象	場所	持物	定員	日時	費用	申込
血糖値が高い、糖尿病について学びたい20歳以上の人	保健センター	筆記用具	各日30人(先着順)	7月24日(水) 8月7日(水) 8月21日(水)		7月2日(火)から
子どもがひくおぼやけひくおぼやけ教室	保健センター 調理実習室	エプロン、三角巾、ふきん1枚、台ふき1枚、筆記用具	25人(先着順)	7月24日(水) 8月7日(水) 8月21日(水)		7月2日(火)から
子ども食育体験(親子クッキング)	保健センター 調理実習室	エプロン、三角巾、ふきん1枚、台ふき1枚、筆記用具	25人(先着順)	7月13日(土) 午前10時~午後1時		7月2日(火)から
子ども食育体験(親子クッキング)	保健センター 調理実習室	エプロン、三角巾、ふきん1枚、台ふき1枚、筆記用具	25人(先着順)	7月13日(土) 午前10時~午後1時		7月2日(火)から



# 健康だより



平成25年7月1日発行  
(通巻574号)

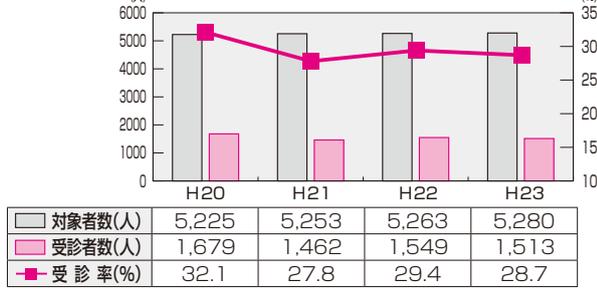
●保健センター(生き生きプラザ斑鳩内)●

☎0745 70 0001 / fax0745 74 0903

## 第2期斑鳩町健康増進計画

生活習慣病の発症と重症化予防 目標 定期的に自分の健康をチェック・管理しましょう!

### 特定健診受診状況



平成23年度の特定健診の受診率は28・7%で過去3年間をみても横ばい状態です。斑鳩町の平成25年度の受診率は、36%を目標とし受診率アップに向けて取り組んでいきます。家族や友人とお互いに

**特定健診・特定保健指導を受けよう!!**

また、生活改善のための保健指導が必要と判断された方には、健診結果と同時に保健センターから特定保健指導受診券を送付します。健診結果から、自身の健康状態の変化に気づくことで、生活習慣を見直し生活習慣病の予防につながる事ができますので、必ず、保健師・栄養士等による保健指導を受け、健康管理をしましょう。

声を掛け合いながら地域ぐるみで、健診を受けましょう。健診を受けた後に治療や検査が必要な場合は、自覚症状がなくても、必ず医療機関を受診し、医師の診断を受けることが大切です。

## 人の動き

28,440人  
(前月比 -10)  
男13,477人  
女14,963人

11,160世帯  
(前月比 +5)

(平成25年5月31日現在)

問合せ  
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

☎ 0745@1001

fax 0745@1011

※かけ間違いに注意!

ホームページ  
<http://www.town.ikaruga.nara.jp/>  
Eメール [info@town.ikaruga.nara.jp](mailto:info@town.ikaruga.nara.jp)

## 健康豆知識

## ～熱中症に備えましょう!!～

熱中症を防ぐ対策

- ①こまめに水分と塩分を補給しましょう。
- ②なりやすい人、なりやすい環境ではとくに注意をしましょう。
  - ・なりやすい人  
高齢者、子ども(とくに乳幼児)  
肥満の人、暑さに慣れていない人
  - ・なりやすい環境  
運動場、体育館、浴室、閉め切った車中、室内、ビルやマンションの最上階

暑さを和らげる対策

- 衣類の工夫
- ・クールビズをこころがける。
  - ・日傘や帽子で直射日光対策をする。
  - ・冷却グッズ(水に濡らしたバンダナや就寝時の保冷剤)を上手に活用する。
- 住まいの工夫
- ・日差しをさえぎり涼しくする。
  - ・風通しをよくする。
  - ・無理せずエアコンや扇風機を利用する。

環境省熱中症予防情報サイト <http://www.nies.go.jp.health/heatStroke/index.html>

## 広報クイズ

Q 6月1日のクリーンキャンペーンで回収されたごみの量は何kgだったでしょう?  
(7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。

6月号のクイズの答 紅一点  
(応募総数20)

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。



町の木くろまつ