

斑鳩町役場

TEL 0745 (74) 1001

fax 0745 (74) 1011

ホームページ:

http://www.town.ikaruga.nara.jp/

メールアドレス:

info@town.ikaruga.nara.jp

掲載しているイベント等の情報は、12月23日時点での情報です。新型コロナウイルス感染症の拡大状況により中止する場合があります。

 = 健康マイレージポイント対象事業です

お知らせ版



斑鳩

いかるが

催し

子育て支援講座

もしもの時のために 救護法をマスターしよう

子育て支援課

☎0745⑤1152

日本赤十字社の幼児安全法短期講習です。乳幼児の応急処置について学びましょう。

日時 2月15日(火)

午前9時15分～11時15分

(受付 午前9時～)

場所 中央公民館 研修室4

講師 日本赤十字社奈良県支部指導員

持物 筆記用具、健康マイレージポイントカード

※動きやすい服装でお越しください。

定員 15人(先着順)

申込 2月4日(金)までに子育て支援課へ電話でお申し込みください。(無料託児あり)

※託児(生後満5か月～)を希望する場合は、当日午前9時までにお越しください。

2022



健康づくり講演会

健診結果から

自身の健康状態を見直そう! 「コロナに負けない身体をつくらう」

保健センター

☎0745⑦0001

糖尿病や慢性腎臓病などの生活習慣病は、初期にはほとんど自覚症状がありません。この機会に、自分の体を見直し、生活習慣病の予防について学びませんか。

日時 2月24日(木)

午後1時30分～3時

(受付 午後1時15分～)

場所 生き生きプラザ斑鳩

2階 大会議室

講師 石崎整形外科・内科

糖尿病専門医 森 朋子 氏

対象 町在住の20歳以上の人

定員 25人(先着順)

申込 2月22日(火)までに保健センターへお申し込みください。

コロナ禍で、感染を防ぐために外出をしないで家にこもるなど、生活習慣に変化があったのではないのでしょうか? あらためて、健診を受けて潜在的な体の状態を確認するきっかけにしましょう。



認知症予防講演会

地域包括支援センター

☎0745⑦4000、
0745⑦45666

認知症は誰にでも起こりうる脳の障害によるもので、長寿になれば認知症になる可能性は高くなります。脳の健康を保ち、いきいきとした生活を送るために、今、自分でできることを一緒に考えてみませんか。

日時 2月7日(月)

午前10時～11時30分

(受付 午前9時30分～)

場所 生き生きプラザ斑鳩

2階 大会議室

講演 「知れば納得」

～あの手この手で認知症予防～

講師 管理栄養士 村井 香枝 氏

対象 町在住の65歳以上の人

定員 30人(先着順)

申込 2月4日(金)までに地域包括支援センターへお申し込みください。

※当日はご自宅で体温を測定してきてください。受付でお伺いします。また、マスク着用にご協力をお願いします



トピックス

催し

募集

お知らせ

シニア体力測定会

地域包括支援センター

☎0745⑤4000、

0745④5666

65歳以上になると、気づかないうちに体力・筋力の低下などが進みます。現在の体力を知り、今後の健康づくりに役立てるためにも、体力測定会にぜひご参加ください。

また、測定会の後は「いきいき百歳体操」を行います。初めての人はもちろん、日頃から体操に取り組んでいる人も一緒に「いきいき百歳体操」をして、効果を実感しましょう。

日時 1月31日(月)

午前10時～

体力測定会(握力等全5種目)

午前11時～

みんなできいきいき百歳体操

(受付 午前9時30分～10時)

場所 生き生きプラザ斑鳩 1階

機能回復訓練コーナー

持物 タオル・飲み物・百歳体操用

おもり(ある人のみ)

※動きやすい服装でお越しください。

対象 町在住の65歳以上の人

定員 25人(先着順)

費用 無料

申込 1月24日(月)までに地域包括支援センターへお申し込みください。

※当日はご自宅で体温を測定してきてください。受付でお伺いします。また、マスク着用にご協力お願いします。

家族介護支援講座

地域包括支援センター

☎0745⑤4000、

0745④5666

介護が必要な人への介護のポイントや介護者の健康づくりについて楽しく学びます。

日時 2月15日(火)

午後2時～3時30分

場所 生き生きプラザ斑鳩

2階 会議室

内容 ボディメカニズムに基づく介護術について

対象 家族を介護している人や介護

に関する人(介護職の従事者は除く)

持物 筆記用具・タオル・飲み物

費用 無料

定員 15人(先着順)

申込 2月14日(月)までに地域包括

支援センターへお申し込みください。

※当日はご自宅で体温を測定してきてください。受付でお伺いします。

また、マスク着用にご協力をお願いします。

また、マスク着用にご協力をお願いします。

また、マスク着用にご協力をお願いします。

また、マスク着用にご協力をお願いします。

また、マスク着用にご協力をお願いします。

チャレンジ介護予防!



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、すべての教室を事前申込制とします。みなさんのご理解ご協力をお願いします。

詳細は地域包括支援センターへお問い合わせください。

対象：町在住の65歳以上の人

問合せ・申込：地域包括支援センター

(☎0745-75-4000・0745-74-5666)

お互いに感染しない・させないために(お願い)

- ・事前申込制としますので、前日までに電話でお申し込みください。(申し込みのない人は当日参加できません)
- ・ご自宅で体温を測定してきてください。当日受付でお伺いします。(37.5℃以上ある人は参加できません)
- ・体調の変化(体のだるさ、咳、のどの痛み、頭痛、息苦しさなど)がある人は、参加を中止しましょう。
- ・マスクを着用しましょう。(マスクを着けていない人は参加できません)
- ・手指消毒にご協力をお願いします。

日程	時間	場所	内容	持物	定員	申込
運動教室 2月2日(水) 2月9日(水) 2月16日(水) ※上記の日程からご希望日を一回利用していただけます。	午後2時～3時 (事前に検温・血圧測定を済ませてください)	生き生きプラザ斑鳩1階 機能回復訓練コーナー	・ストレッチなどの運動 ・体力測定	タオル、飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。	各25人 (先着順)	前日までに電話でお申し込みください。
栄養改善教室 2月15日(火)	午前10時～11時	生き生きプラザ斑鳩2階会議室	調理方法などをレシピにそってわかりやすく学びます。	筆記用具	15人 (先着順)	
生き生きセミナー 2月21日(月) 2月22日(火) 2月16日(水)	午前10時～11時 午後1時30分～2時30分 午前10時～11時	西公民館 集会室1・2 東公民館 集会室1・2 法隆寺五丁地区 地域交流館	フレイル予防体操など	タオル、飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。	各20人 (先着順)	

トピックス

催し

募集

お知らせ



全日本ろうつお連盟創立70周年
記念映画「咲む」上映会

福祉課 (☎内線124)

看護師試験に合格したろうの女性
瑞月が就職活動で苦勞しながらも、
瑞月の起こす行動が周囲を少しずつ
変えていく。観る人を笑顔にする映
画です。ぜひご覧ください。

日時 2月20日(日)

①午前10時30分～午後0時30分
(開場 午前9時30分)

②午後2時～4時

(開場 午後1時)

場所 いかるがホール 大ホール
料金 高校生以上 1,200円
小学生 500円

主催 生駒郡聴覚障害者協会
チケット購入等に関する問合せ
生駒郡聴覚障害者協会事務局

北田 勝美

(fax 0745②2928)

斑鳩町手話サークル「鳩の会」

吉田 京子

(☎090-33896-5335)



災害時高齢者生活支援講習会

斑鳩町赤十字奉仕団

(社会福祉協議会内)

(☎0745⑤122)

災害時に起こりやすい高齢者の心
と身体の変化や症状を理解し、予防
のポイントを学び、災害時に備える
ための講習会です。

日時 2月17日(木)

午後1時30分～3時30分

場所 中央公民館 2階 創作室

講師 日本赤十字社奈良県支部指導員

対象 町在住の人

参加費 無料

定員 25人(先着順)

主催 斑鳩町赤十字奉仕団

申込 2月4日(金)までに社会福祉
協議会へお申し込みください。

協議会へお申し込みください。

●スポーツ 大会のお知らせ

中央体育館
(☎0745-75-3100)

大会名	少年少女サッカー交流大会
日時	2月27日(日) 午前9時～
場所	斑鳩健民運動場
申込期間	2月7日(月) ～21日(月)

*申し込み、詳細については、
中央体育館へお問い合わせください。

認知症カフェ [和]

地域包括支援センター (☎0745-75-4000、0745-74-5666)

認知症カフェとは、認知症の当事者だけでなく、その家族や
専門職、地域の人などが気軽に集い、情報交換や交流ができる
場です。お気軽にお越しください。

対象 町在住の人 費用 飲食代は実費負担

*町内の認知症カフェは都合により中止となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。



町内の認知症カフェ 一覧

場所	開催日時	日程	申込・問合せ
生き生きプラザ斑鳩内 喫茶レインボーオーク または2階会議室 (小吉田 1-12-35)	毎月第1水曜日 (または第1木曜日) 午前10時～11時30分	2月3日(木)	地域包括支援センター (☎0745-75-4000、 0745-74-5666)
グループホーム カノンの扉 (阿波 3-11-6)	毎月第2水曜日 午後1時30分～3時30分	2月9日(水)	カノンの扉 (☎0745-74-6333)
デイサービス ロハスの森 (服部 1-4-35)	毎月第3金曜日 午後1時30分～3時30分	2月18日(金)	ロハスの森 (☎0745-74-6842)
創業支援センター ふらっぴん♪ (神南 5-14-16)	毎月第4火曜日 (祝日の場合は第3火曜日) 午前10時～11時30分	2月22日(火)	地域包括支援センター (☎0745-75-4000、 0745-74-5666)
デイサービス ロハスの学校 (龍田南 1-3-53)	毎週月曜日 午後1時～3時	毎週月曜日	ロハスの学校 (☎0745-43-7762)

トピックス
催し
募集
お知らせ

令和4年度 国有林モニター募集

近畿中国森林管理局

企画調整課 林政推進係

☎06・68801・3412

国有林の事業運営などについて、みなさんの理解を深めるとともに、みなさんからの意見や要望を国有林野行政に反映するため、国有林モニターを募集します。

任期 令和4年4月1日～

令和5年3月31日

対象 奈良県内に居住し、森林・林業および国有林に関心のある20歳以上の人(国会議員、地方議会議員、地方公共団体の長、常勤の国家公務員は除く)

応募締切 2月1日(火)まで



※詳しくは、近畿中国森林管理局ホームページをご確認ください。

マイナンバーカード
交付・申請の休日受付

住民課(☎内線161)

平日に役場にお越しいただけない人は、次のとおり休日受付を行いますので、ご利用ください。

日時 2月12日(土)、

3月13日(日)

午前8時30分～正午

場所 役場1階 住民課窓口

※出入り口は東側玄関のみとなります。

※マイナンバーカードの交付・申請には、本人確認書類をご持参のうえ、必ずご本人がお越しください。
※申請方法、持ち物などは、住民課へお問い合わせください。(交付・申請方法によって持ち物が異なります)

水道メーター
取り替えのお知らせ

上下水道課 (上水道)
☎0745-74-1401

水道メーターは、計量法により有効期間が8年と定められています。上下水道課では、有効期間が満了を迎える水道メーターを交換しています。

来月は次のとおり作業を行いますので、ご協力をお願いします。

取り替え期間

2月12日(土)～25日(金)

取り替え地区

興留東1丁目、阿波1・2丁目、
法隆寺南1・3丁目、興留2・
3・5丁目、大字高安

※対象となるご家庭には事前に「メーター取り替えのお知らせ」を送付します。

委託業者 関西水道用品 (株)

消費生活相談室からのお知らせ
成年年齢引き下げに伴う
18歳・19歳の消費者トラブル

民法改正により、令和4年4月1日から、成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。未成年者が親の同意を得ずに契約した場合には、未成年者取消権によってその契約を取り消すことができますが、成年になって結んだ契約は未成年者取消権の行使ができなくなります。成年になったばかりの18歳・19歳が巻き込まれるおそれが高い契約に、美容関連やSNSをきっかけとしたもうけ話があります。今回は美容関連の消費者トラブルについてお伝えします。

事例

SNSの広告で見つけた美容クリニックへ無料カウンセリングに出向いたところ、1年間有効の全身医療脱毛を勧められた。クレジット60回の分割払いで、約35万円と高額だったので、いったん親に相談したいと伝えたが「後日の契約になるとキャンペーン価格は適用されない」と言われ、契約してしまった。

《消費者のみなさんへのアドバイス》

・美容目的の施術は多くの場合、緊急性がありません。「今日契約・施術をすると割引」などと急かさなくても、安易にその場で契約しないようにしましょう。

・施術前に医師から説明を受け、ダウンタイム(施術終了後、回復までの期間)や合併症、副作用等についてよく理解したうえで、施術を受けるかどうか判断しましょう。

・「お金がない」と言っても、事例のようにクレジット契約などを勧められるケースもあります。「契約しない」ときっぱりと断りましょう。
・美容関連では、ダイエツトサプリメントなどの定期購入商法でのトラブルにも注意が必要です。

困った時は相談を

消費生活相談日

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。

詳しい日程は、1月号広報の相談日のページをご覧ください。

問合せ 安全安心課(☎内線273)





就学援助の受給申請

—新入学児童生徒学用品費は入学前から—

教育委員会事務局総務課

(☎内線234、235)

経済的に就学困難な小中学生に対する就学援助のうち、入学時の学用品購入費を、入学前の3月に支給します。

援助を希望する場合は、教育委員会事務局総務課で所定の手続きを行ってください。

申請期間

1月19日(水)～2月4日(金)

(土曜・日曜日を除く)

支給対象 令和4年4月に町立または国公立の小学校、中学校に入学予定の児童生徒の保護者で、一定の所得以下の人

〈参考〉昨年度支給額

小学生 51,060円

中学生 60,000円

※国の制度改正などにより、支給額が変更される場合があります。

※入学時の学用品費以外の就学援助の申請については、従来どおり4月以降になります。詳しくは教育委員会事務局総務課へお問い合わせください。

発達障害にかかる巡回相談

福祉課(☎内線125)

発達障害について心配や不安のある人やその家族からの相談を受け付けます。(大人の発達障害も対象)

「奈良県発達障害者支援センターでいあー」の専門職の職員も交えて、お話を聞きます。

秘密は厳守しますので、気軽にご相談ください。(要事前予約)

巡回相談日 2月15日(火)

午前9時～午後4時

場所 役場内会議室

申込 福祉課窓口または電話でお申し込みください。簡単な聞き取りと、巡回相談の時間の予約を受け付けます。

なお、相談枠が定員となった時点で受付を終了しますので、ご了承ください。

令和4年度スポーツクラブの登録

中央体育館(水曜休館)

(☎074523100)

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

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、令和4年4月から、中央体育館(アリーナ・サブアリーナ・武道場)および各町立小学校体育施設、その他社会

体育施設について、優先的に予約ができます。(2月22日(火)のクラブ代表者会議で調整します)

※申請用紙・要項等は、町ホームページからダウンロードできるほか、中央体育館で配布します。

登録条件

・町在住の人で構成する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(町外在住者の登録も可)

・年間を通じて、定期的または継続的に活動できるクラブ

・町主催事業に参加すること(正当な理由のない不参加は認めない)

登録期限・登録先

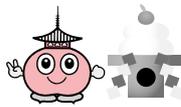
2月4日(金)午後5時までに所定の用紙と会則、名簿を添えて、中央体育館へ提出してください。



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。





新成人のみなさんへ

20歳になったら国民年金



国民年金ってなに？

国が運営する公的年金制度で、若いときに国民年金に加入して保険料を納め続けることで、年をとったとき(老齢基礎年金)や病気やけがで障害が残ったとき(障害基礎年金)、家族の働き手が亡くなったとき(遺族基礎年金)に、年金を受け取ることができる制度です。



必ず加入しないとイケないの？

国民年金は、20歳以上60歳未満の日本国内に在住するすべての人に加入することが法律で義務づけられています。



将来、年金を本当にもらえるの？

国民年金は生きている限りもらえる生涯の保険です。

賃金や物価の変動にあわせて年金額が改定されるため、年金に加入(20歳)してから年金を受給(65歳)するまでの間、経済社会が変動しても、受け取る年金の価値が保障されます。また、老齢基礎年金は2分の1が国庫負担(税金)でまかなわれています。



国民年金保険料を払えないときはどうすればいいの？

保険料を未納のままにしておくと、老齢基礎年金だけでなく、いざという時に支給される障害基礎年金や遺族基礎年金も受けられなくなることがあります。学生などで所得が少なく、保険料を納めるのが困難な人には、次のような制度があります。

学生納付特例制度 学生で本人の前年所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予される制度です。

納付猶予制度 学生でない50歳未満の人で本人・配偶者の前年所得が一定額以下の場合、保険料の納付が猶予される制度です。

20歳になった人向けに国民年金制度を動画で案内しています。ぜひご覧ください。



URL : (<https://www.nenkin.go.jp/tokusetu/20kanyu.html>)

問合せ 詳しくは、国保医療課(☎内線115)または、奈良年金事務所(☎0742-35-1371)へお問い合わせいただくか、日本年金機構ホームページ(<http://www.nenkin.go.jp>)をご覧ください。

※電話でのお問い合わせの際は、年金番号のわかるものをご用意ください。



行事予定

1月18日(火)	人権セミナー 「ハラスメントと人権」 ⑧ 中央公民館 大ホール ⑨ 13:30~15:00 ⑩ 中央公民館 (☎0745-74-1511)	1月31日(月)	<1月の納期限> 町県民税(第4期分) ⑧ 税務課(☎内線154) 国民健康保険税 後期高齢者医療保険料 (第7期分) ⑧ 国保医療課(☎内線114) 介護保険料(第7期分) ⑧ 福祉課(☎内線126)
1月26日(水)	文化財防火デー みんなで守ろう文化財 	2月1日(火)	行政相談 ⑧ 役場1階第3会議室 ⑨ 13:00~16:00 ⑩ 住民課(☎内線163)
1月28日(金)	献血バスがきます ⑧ 役場東側駐車場 ⑨ 10:00~12:00 13:00~16:00 ⑩ 保健センター (☎0745-70-0001)	2月12日(土)	マイナンバーカードの交付・申請休日受付 ⑧ 役場1階 住民課窓口 ⑨ 8:30~12:00 ⑩ 住民課(☎内線161)

⑧開催場所 ⑨開催時間 ⑩問合せ

※掲載している行事は、申し込み不要のものです。行事等は変更される場合がありますのでご了承ください。

この「広報いかるがお知らせ版」は毎月15日を挟む前後3日間で、町内全家庭に直接お届けしています。ご近所で配布されていない家庭がありましたらご連絡ください。

編集・発行:総務課(☎内線271)