



『夢あかり（安燈会）』

8月5日（月）に極楽寺周辺で「あんど祈りのつどい」が開催されました。約300本のローソクに灯がともると、心を癒す優しいともしびが人々の願いを照らしていました。

〈極楽寺境内の写真：吉住正直氏（夢あかり（安燈会）実行委員会 撮影協力）

「敬老のじふ」のご案内

「長寿おめでと」でございます。
9月は「老人の日・高齢福祉月間」です。

安堵町では次のとおり「敬老のじふ」を開催します。
多数のご参加をお待ちしています。

【日時】 9月15日(日)

【受付】 午前9時

【開会】 午前9時30分～正午頃

【場所】

トーク安堵カルチャーセンター
多目的ホール

【式典】

「アトラクション」

・運動普及ボランティアの方々による「安堵町のしあわせ体操」

大衆演劇公演

「藤千代之助劇団」による人情劇・舞踊ショー

※本年12月末で満70歳以上の方に9月初め頃に案内八ガキを送付します。(座席優先)
ただし、空席があれば席の許す限りご入場いただけます。

安堵町より祝品

70歳以上の方には長寿祝品を、また今年度には100歳になられた方には祝金が贈られます。

※当日は大変混雑しますので、記念品の代理受領はご遠慮願います。

なお、当日欠席された方の記念品の受け取りは9月末日までに八ガキをご持参のうえ、福祉保健センターでお受け取りください。(代理・可)

※88歳の方には県より、長寿祝状が自宅に配送されます。また新100歳の方には国と県より、敬老祝品が贈られます。

【お問い合わせ】

福祉保健センター内 健康福祉課
☎57・15900
FAX57・15920



第7回生駒郡総合防災訓練

生駒郡内における大規模な地震・風水害等の災害を想定し、防災訓練を行います。

【日時】 9月8日(日)

午前9時30分～正午

【場所】

平群町総合スポーツセンター

【主催】

生駒郡町村会

奈良県消防協会生駒南支部

【目的】

○生駒郡4町、各町消防団および関係機関が連携し、応急対策を迅速に行うことにより、災害から住民の生命・財産を守る。

○自らの命は自ら守る「自助」、地域社会がお互いを助け合う「共助」の体制づくりの促進および地域住民の自主防災意識の高揚を図る。

【内容】

- ・奈良県防災ヘリコプター「やまと2000」の飛来による空中消火活動
- ・消防車による一斉放水
- ・初期消火活動などの訓練
- ・煙中体験、救急応急処置講習など体験コーナー

住民の皆さんも、是非お越しください。

お問い合わせ 総務課
☎57・1512

8月30日から「特別警報」の発表を開始しています

気象庁はこれまで、大雨や地震、津波、高潮などにより重大な災害の起こる恐れがあるときに、警報を発表して警戒を呼び掛けていましたが、より甚大な災害による危険性が高まっていることをお知らせし、特別な警戒を呼び掛けるために、新たに「特別警報」を発表します。「特別警報」は、テレビやラジオ、防災無線などの様々な方法で伝えられます。「特別警報」が発表されたら、ただちに命を守るために判断・行動してください。

*特別警報の詳細は、気象庁のホームページでご確認ください。

http://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/tokubetu-keiho/index.html
お問い合わせ
気象庁

奈良地方気象台防災業務課
☎0742・22・2105の

平成25年度戦没者追悼式のお知らせ

祖国のために尊い命を捧げられた多くの方々のご冥福を祈るため、次のとおり安堵町戦没者追悼式が執り行われます。関係各位のご参列をお願いします。

日時 9月27日(金)

午後1時受付開始
午後1時30分開式

会場 安堵町福祉保健センター
2階 視聴覚室

お問い合わせ 住民課

☎57・1511

コミュニティバスの一部臨時ルートのお知らせ

いつもコミュニティバスをご利用いただきありがとうございます。中通りルートの一部区間で水道・下水道工事が行われるため、工事期間中その箇所を通行することができません。その間、次のように運行方法が変わります。ご利用のみなさまにご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。

【対象期間】

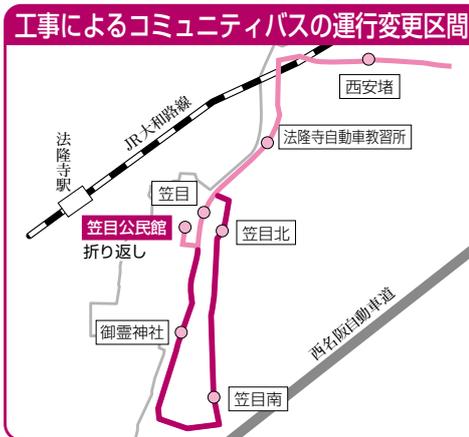
平成25年9月17日(火) から
同 11月29日(金) まで

【対象となるバス】

中通りルートのうち午前9時から午後5時の間に運行するバス
平日：第6便・第8便
休日：第4便・第6便
※これ以外のバスに変更はありません。

【運行方法】

工事期間中、御霊神社・笠目南・笠目北が通行できないため、笠目公民館での折り返し運行となります。



お問い合わせ 総務課

☎57・1511 (内線：313)
FAX 57・1526

平成25年度 安堵町読書感想文・感想画コンクール

『本を読んだ感動を文章や絵に表現しよう』

■応募資格

安堵町内に在住又は安堵町内の園・学校に在籍する幼児、児童及び生徒

■応募部門

★感想画

①幼児の部 ②小学校低学年の部 ③小学校高学年の部

★感想文

①小学校低学年の部 ②小学校高学年の部 ③中学生の部

★自由

すべての園児・児童・生徒

■対象図書 自由に選んだ図書

■応募規定

★感想画
用紙は、八つ切り以上四つ切り以下の画用紙・ケント紙など画材は自由

★感想文

原稿用紙に縦書きで自筆したもの
①低学年の部 本文800文字以内 ②高学年の部 本文1200文字以内 ③中学生の部 本文2000文字以内

★自由

立体(工作やねんどなど)表現も可

■応募方法

安堵町内の園及び学校に在籍する幼児及び児童生徒は、在籍する園又は学校を通じて提出してください。町外の園又は学校に在籍する幼児及び児童生徒は、個人応募となります。事務局までお問い合わせください。なお、自由部門については搬入の難しい作品については、写真データでの応募も可能です。

■締め切り 11月8日(金)

■入賞について

町長賞(感想画、感想文、自由の各部門毎に1点) 計7点
教育長賞(感想画、感想文、自由の各部門毎に1点) 計7点
12月頃、町長賞・教育長賞の入賞者に表彰を行う予定です。

■お問い合わせ・応募先

安堵町教育委員会事務局
☎57・2281



**世界的車いすダンサー
来庁**



三郷町での車いすダンス公演を控え、出演者の鈴木剛氏が8月1日（木）に表敬訪問で来庁されました。

鈴木氏は全日本車いすダンススポーツ選手権5年連続チャンピオン、また世界大会8位入賞のトップ車いすダンサーです。

公演に向けての意気込みを熱く語られ、町長も激励の言葉をおくりました。

**防災講習会を実施
しました！**

7月11日（木）に、安堵町防犯・防災推進協議会が主催で、本協議会員や職員などを対象に「防災講習会」を実施しました。

日本防災士協会奈良県支部事務局長を講師に、防災に対する意識の向上につながるお話を聞くこと

ができ、有意義な講習会となりました。



**平成25年度
コミュニティ助成事業**

安全な地域づくりと地域のコミュニティ活動の充実・強化を図るため、宝くじの助成金で災害対策・町内行事等の警戒・警備を行う際の情報伝達手段としてトランシーバー（12台）を、また初期消火訓練を行うために訓練用消火器（3本）を購入しました。



全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん相談」

皆さんの周りで高齢者や障害者に対するいじめ、いやがらせ、虐待などの人権侵害が起きているのでは、と思つことはありませんか。

法務省の人権擁護機関では、一人一人の人権が尊重され、高齢者や障害者の皆さんが毎日安心して暮らすことができるよう、高齢者及び障害者の人権に関する様々なご相談をお受けします。相談は無料で秘密厳守ですので、お気軽にご利用ください。

日時

9月9日（月）～15日（日）

平日

午前8時30分～午後7時まで

土曜日・日曜日

午前10時～午後5時まで

相談員

奈良地方法務局職員及び奈良県人権擁護委員連合会人権擁護委員

相談電話番号

全国共通ナビダイヤル

☎0570・003・110

（電話はおかけになった場所の最寄りの法務局・地方法務局につながります）

9月人権、行政相談日

相談日 9月11日（水）

時間 午後1時～3時

場所 役場3階会議室

※相談は無料で、秘密は守られます。

お気軽にご相談ください。

ほっと安堵 朝市

雨天でも開催
しています

新鮮な野菜をより安く

安心・安全な町内の朝取り野菜を安価でご提供します

毎週日曜 朝9時より
安堵中学校南側



売り切れ
次第閉店させ
て頂きます



■主催：ほっと安堵朝市実行委員会
■お問い合わせ：産業建設課 ☎57-1511

平成25年度粗大ゴミ（後期）収集日程カレンダー

（※必ず、収集日の指定された時間内にお出してください。それ以外の時間帯は受付できませんのでご了承ください。）

月	収 集 日			排出大字・箇所
	日	曜日	時 間	
10月	6日	日	午前9時～正午	若草の里
	6日	日	午前9時～正午	柿の里
	20日	日	午前9時～正午	東安堵
	27日	日	午前9時～正午	小泉苑
	27日	日	午前9時～正午	あつみ台
	27日	日	午前9時～正午	東安堵（マンション地区）
11月	3日	日	午前9時～正午	岡 崎
	3日	日	午前9時～正午	かしの木台
	24日	日	午前9時～正午	東安堵（南）
12月	1日	日	午前9時～正午	笠 目
	8日	日	午前9時～正午	新法隆寺団地
	8日	日	午前9時～正午	興人団地
	8日	日	午前9時～正午	西安堵
	15日	日	午前9時～正午	窪田（北・東・上）
	15日	日	午前9時～正午	窪田（中・下）

収集できる粗大ゴミ

- 家具類・フトン、衣料・プラスチック類・鉄類・電気製品類
※ただし、家電リサイクル法対象品（テレビ・エアコン・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・洗濯乾燥機）およびパソコン機器は除きます。
- 自転車、バイク（50CC以下） ●有害物（電池・蛍光灯）

収集できない粗大ゴミ

- 廃油、ガレキ、建築廃材、土砂、プロパン容器、ドラム缶、米用大型ブリキ缶、消火器、たたみ、農薬などの薬品、ベンキ、植木（観葉植物等）、木材、農機具類、サーフィンボード、オルガン・ピアノ（足引タイプ等）、タイヤ、バッテリー、自動車・バイクの部品、その他収集不可能と判断した物

注意事項

- ビン、缶類、雑誌などは通常のゴミ収集日か子ども会などで資源ゴミの収集がある場合はその指定日に出してください。
- バイク、ストーブなどは**必ず油を抜いて**からお出してください。
- 粗大ゴミは一般家庭ゴミに限り収集します。農機具・営業の関係ゴミは**収集できません**。
- 家電リサイクル法対象品（テレビ、エアコン、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、洗濯乾燥機）およびパソコン機器は収集できません。
- 引越しやリフォームによる大量放棄は、受け付けできません。

油を抜いて出してください！

◆収集場所は、各大字の役員等にお尋ねください。

ただし、千原池付近のマンション地区はセンチュリーアスカⅢ東側の千原池の堤防を上ったところです。

◆各箇所の住民以外は粗大ゴミを出さないでください。

お問い合わせ 住民課 TEL.57-1511 FAX.57-1525

このページは目につく場所に貼ってご利用ください。

第2期石綿の健康リスク調査について

この調査は、石綿ばく露の状況の違い等による石綿関連所見や石綿関連疾患の発生状況の比較等を行い、今後の健康管理のあり方を検討するための知見を収集するものです。

◆対象者

- ①平成元年以前に県内居住歴のある方
- ②平成25年～26年まで継続して調査に協力できる方
- ③石綿健康管理手帳を取得していない方

◆調査内容

問診、胸部X線検査（毎年1回）
CT検査

介護保険の通院等乗降介助について

Ver.6

介護保険の通院等乗降介助とは、介護度が要介護1以上の方の通院等のために事業所の訪問介護員等が車への乗り降りを助けるサービスです。（家族の同乗は原則として認められません。）

【注意】タクシー運賃については介護保険対象外のため実費負担となります。

◆参加費 無料

◆予約制

◆申し込み方法 電話受付

◆受付期限 10月31日（金）

◆お問い合わせ・申し込み

奈良県郡山保健所

☎0743・51・0196

※今回の募集については、昨年度に参加されていない方が対象となります。平成21年度以前に参加された方で、昨年度にされなかった方についても、本調査では「新規」として取扱いますので申し込みが必要となります。
※なお、平成22年度～平成24年度に当調査に参加された方へは奈良県保健予防課から案内します。

対象となるケース

ケアプランによる通院、日常生活・社会生活上必要な行為に限られます。

対象とならないケース

仕事、理美容、冠婚葬祭、趣味・嗜好のための利用、日用品以外の買い物など。

お問い合わせ 健康福祉課

☎57・1590

安堵駐在所だより

安堵駐在所 ☎・FAX 57・2603

★秋の全国交通安全運動

9月21日（土）～30日（月）

①交通ルールを守るのは、自身の身を守るためです。

- ・ 単車に乗るときは、ヘルメットをかぶる。
- ・ 車は、必ず乗る人がシートベルトをつける。
- ・ 信号を守る。

・ 見通しの悪いところでは、一度止まる。

を必ず行ってください。

②悲惨な飲酒運転事故を防止するため「ハンドルキーパー運動」を知っていますか？

自動車で仲間と飲食店に行く場合、仲間通しで飲食店の協力を得て、お酒を飲まない人、ハンドルキーパーを決め、仲間を自宅に送り届ける運動です。

安堵町の安全を守る活動

現在町内には、安堵町防犯・防災推進協議会員の青色パトロール車6台、西和警察署管内には防犯支援隊として警備会社1台3人の

防犯支援隊が地域の安全・安心のため活動しています。

車を駐車する時は、車内をからっぽにして下さい

駐車場に駐車中の車が車上ねらいの被害に遭っています。

被害に遭わないためには、短時間でも車の中にはかばん等を置かないようにしてください。

簡単なことが、大事な車と財産を守ります。

みんなであつくり 安全・安心の街

緊急の場合・事件・事故は、すぐに「110番」をお願いします。
110番は必ず通じますので、よろしく願います。

緊急を必要としない時、事件・事故でわからないことがあれば、
奈良県警察本部 #9110
西和警察署
☎0745・72・0110

安堵駐在所
☎0743・57・2603
※駐在所がない時でも、西和警察署に電話すれば、駐在所に用件を伝えてくれます。

● お知らせ ●

無料調停相談

奈良県調停協会では、裁判所の後援で無料調停相談を開催します。

『お金を貸したが返してくれない』『隣家との境界のことでもめてい
る』『交通事故の示談がうまくい
かない』『賃料とのトラブルで困っ
ている』『遺産のことに関して疑問が
ある』『夫婦の間でもめ事が絶えな
い』『別れた夫が養育費を払って
くれない』『別れた妻が子どもに合
わせてくれない』等について、ご相
談に応じますので、お気軽にご相
談ください。なお、裁判所ではこ
の日以外でも休日を除き、いつで
も相談に応じています。

場所・日時

◆10月2日(水)

午前10時～午後3時30分

ならファミリー らくだ広場

◆10月4日(金)

午前10時～午後3時

天理市文化センター

※相談員 民事および家事調停委員(弁護士を含む)

お問い合わせ

奈良簡易裁判所

☎0742・26・1271

「法の日週間」記念無料法律相談

日時・場所

◆10月2日(水)

奈良弁護士会館

(奈良市中筋町22番地の1)

午前9時30分～正午

午後1時～3時30分

◆10月7日(月)

経済会館

(大和高田市大中106・2)

午前9時30分～正午

午後1時～3時30分

※相談時間は両日ともに1人30分

予約方法 電話予約

お問い合わせ

奈良弁護士会

☎0742・22・2035

受付期間

9月9日(月)～30日(月)

平日 午前9時30分～正午

午後1時～5時

※土・日・祝は受付できません



市民法律講座

奈良弁護士会では、広く一般市民に法的知識の普及を図るため毎月第2土曜日に無料で市民法律講座を開催しております。

いずれも身近な法律問題を取り上げ、弁護士が講師となつて、一般の方にわかりやすく講義をする予定です。(当町の住民無料法律相談とは、別に開催されるものです。)

開催日・内容

9月14日「消費者問題」

10月12日「相続・遺言」

11月9日「交通事故」

12月14日「労働問題」

1月11日「賃貸借」

2月8日「成年後見」

3月8日「建築に関する紛争」

時間 午後1時～3時

場所 奈良弁護士会館

お問い合わせ・申し込み

ハガキ・FAXにて希望講座、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入の上、左記へお送りください。

奈良弁護士会

〒630・8237

奈良市中筋町22番地の1

☎0743・22・2035

FAX 0742・23・8319

平成25年



住宅・土地統計調査

住まいから描く日本の未来地図

一定の統計上の抽出方法に基づき選定された調査対象世帯に、調査員がお伺いします。ご回答いただいた内容は、統計法によって厳重に保護されますので安心してご回答下さい。調査の結果は、皆さまの暮らしに役立てられます。皆さまのご協力をよろしくお願い致します。

総務省統計局・奈良県統計課・安堵町総合政策課

**奈良県立西和養護学校
からお知らせ**

本校では、小学部・中学部・高等部において、障害のある幼児や児童生徒の保護者の方々に対して、就学相談や教育相談並びに体験学習を実施しています。

詳細については、電話でお問い合わせください。

お問い合わせ

奈良県立西和養護学校

☎0745・73・2111

担当窓口 教頭

**明日香養護学校体験
学習（小学部）**

奈良県立明日香養護学校では、平成26年度に入学（転入学）を希望する障害のある幼児児童とその保護者に対して、本校の肢体不自由教育についての理解と認識を深めていただくため、体験入学を行います。

また、本校では奈良県内全域を対象に、訪問教育を行っています。障害が重い、病気など健康上の理由、或いは、家庭の都合などで学校に通学することの困難な児童の家庭に教員が訪問して行う教育です。

〔小学部〕

日時

10月18日（金）

午前9時10分～午後1時

（給食の試食をおこないます）

場所 県立明日香養護学校

対象

- ・ 肢体不自由を有する幼児児童と保護者及び関係者

- ・ 訪問教育の体験を希望される幼児児童と保護者及び関係者（当日参加の困難な場合はご相談ください）

応募締切

10月4日（金）

お問い合わせ・申し込み

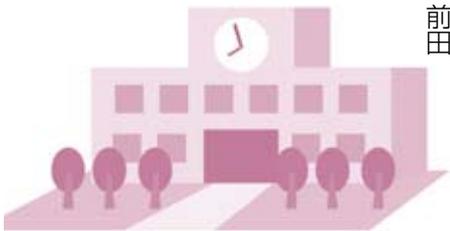
県立明日香養護学校

〒634・0141

高市郡明日香村川原410

☎0744・54・3380

担当窓口 前田



生駒郡消費者サポートネットワーク相談窓口

町名	開設日	相談時間	場所	住所	電話番号 (内線)	担当課
平群町	月	午前10時～ 午後4時	第2 会議室	平群町吉新 1丁目1-1	0745- 45-1001 (645)	経済 建設課
安堵町	火	午後1時～ 午後4時	2階 総務課	安堵町 大字東安堵 958	0743- 57-1511 (312)	総務課
三郷町	水	午後1時～ 午後4時	2階 住民相談室	三郷町 勢野西 1丁目1-1	0745- 73-2101 (116)	住民課
	第4水	午前10時～ 正午 午後1時～ 午後4時				
斑鳩町	木	午後1時～ 午後4時	1階 第3会議室	斑鳩町 法隆寺西 3丁目7-12	0745- 74-1001 (163)	住民課
	第4木	午前9時～ 正午 午後1時～ 午後4時				

奈良県が開設している相談窓口もご利用いただけます。

開設場所	開設日	相談時間	住所	電話番号
奈良県消費生活センター	月～金 祝日	午前9時～ 午後4時30分	奈良市登大路町 10-1	0742- 26-0931
奈良県消費生活センター 中南和相談所	年末年始 を除く		大和高田市大中98-4 (高田総合庁舎)	0745- 22-0931

あんなトラブル！こんなトラブル！
困った時は、『ハツと！ハツと！』
生駒郡消費者サポート
ネットワークへご相談ください。

消費生活専門相談員・消費生活アドバイザー等の資格を持つ相談員が、商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問い合わせなどの相談を受け付け、公正な立場でアドバイスをし、相談者のトラブル解決への行動をサポートします。

生駒郡内4町のどちらの窓口でも相談できます。

相談内容や個人情報等の秘密は厳守されます。不安や疑問に思った時は、一人で悩まず相談しましょう。



とうしん
灯芯ひき・わらざうり作り
体験会

江戸時代より続く安堵町の伝統技術「灯芯ひき」を体験してみませんか。今ではほとんど目にする事がない貴重な体験ができます。また、わらざうり作りも開催します。わらなわを作るところから体験できます。

どちらの体験も熟練者の指導を受けながら体験できますので初めての方もぜひご参加ください。
日時 9月8日(日)
午後1時30分～
参加料 入館料
申し込み それぞれ10名



わらざうり作り

※事前に館にお申し込みください。
※わらざうり作り参加の方は、はさみ持参の上、ズボンでお越しください。



灯芯ひき

お菓子作り体験会

古代米のポン菓子やカルメ焼き、かきもちといった昔なつかしいお菓子を作ります。親子や友達と一緒に参加してみませんか。

日時 9月29日(日)
午後1時30分～

参加料 入館料+材料費(200円)
申し込み 10名(申し込み順)

※事前に館へお申し込みください。



かきもち焼き



カルメ焼き

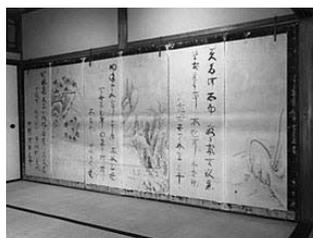
特別展
「天誅組と伴林光平」
ともばやしみつら

今年、天誅組の変から150年を迎えるにあたり、五條市、東吉野村、十津川村、安堵町の4市町村合同で記念事業を行います。

当町では、旧今村邸である歴史民俗資料館で、今村家と関わりのあった伴林光平にスポットをあてた展示を行います。

期間 9月18日(水)～10月31日(木)

開館時間 午前9時～午後5時
休館日 毎週火曜日



伴林光平筆屏風

展示期間中実施します

講演会

「天誅組について」(仮)

天誅組の変について、講演をしていただきます。

日時 10月19日(土)
午前10時～正午

講演 天理大学教授
谷山正道氏

場所 歴史民俗資料館

費用 入館料
定員 40名(申込み順)

申し込み

窓口または電話でお申し込みを受け付けております。

呈茶(お茶のふるまい)

伴林光平ゆかりの茶室を眺め、一服していただけます。

日時 10月18日(金)～10月20日(日)
正午～午後3時30分
(受付終了 午後3時)

費用 200円(入館料別)

定員 一日50名まで(先着)

協力 茶々クラブの皆さん

【お問い合わせ】
安堵町歴史民俗資料館
(大字東安堵1322)

☎ 57・50900
FAX 57・88905

【入館料】 大人 200円

大・高生 100円
小・中生 50円

※団体割引は30名から

安堵町シルバー人材センター設立

平成25年7月1日に設立しました。設立にあたり皆様方のご協力・ご支援に厚くお礼申し上げます。

発足後間もないため、皆様にご不便・不都合をお掛けする事もあるかと存じますが、今後ともよろしくお願い申し上げます。

シルバー人材センターにご参加いただける方・仕事の発注をお考えの方は、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

☎57・5261 郷 宗貞

安堵観光ボランティアの会 大和郡山市・安堵町・ 斑鳩町を歩く

**太子道 業平道 筒井順慶
ゆかりの街道ウォーク**

もし今の時代に聖徳太子、在原業平、筒井順慶が生きて居たら大和小泉駅で出会ったかもと想像して歩くのも良いでしょうね。収穫間近い黄金色の田園風景も楽しめます。(一般向)

日時 9月29日(日) 雨天決行
集合駅 大和路線大和小泉駅改札

参加費用

午前9時50分集合

200円(保険・資料代)

別途900円(3カ所の

入館希望者は自己負担)

コース

大和小泉駅↓出雲寺厳島神社↓
光堂寺↓杵築神社↓良福寺↓額
安寺↓中家住宅↓妙楽寺↓子守
神社↓極楽寺↓大宝寺↓安堵町
歴史民俗資料館↓飽波神社↓法
隆寺駅

歩程 約10km

解散駅 大和路線法隆寺駅

午後3時頃

※当日午前6時に警報が発表されている場合は中止

お問い合わせ

安堵町商工会

☎57・1524

安堵町観光ボランティアの会

大西

☎090・9616・2010



安堵の里 ハンドボールクラブ 全国大会・近畿大会出場

8月1日〜4日、京都府で開催の第26回全国小学生ハンドボール大会及び8月11日、滋賀県で開催の第30回近畿小学生ハンドボール大会を控え、奈良県代表として安堵の里ハンドボールクラブが7月26日、監督ならびに選手の皆さんが、表敬訪問で来庁されました。



第39回 安堵町民体育祭

◆日時：10月13日(日)

※予備日14日(祝)

◆場所：中央公園多目的広場

〔開催の合図は午前7時に花火〕

開会式 午前9時

◎昼の休憩時間にお楽しみ抽選会を行います。

◎プログラムは、10月号広報に挟み込みします。



お問い合わせ

中央公園体育館 TEL58-4011

**安堵町のまちづくりや活性化を目的として
平成24年度より広報誌において、町内の企業を順次紹介しています。**

安堵町企業紹介 第18号

あら き
天然酵母パン 樺木



事業内容	卸売業
社名	天然酵母パン 樺木
住所	〒639-1064 生駒郡安堵町窪田190-1番地
創業年月	平成14年～
従業員数	2名
電話	0743-57-9300
FAX	0743-57-9300
営業時間	午前10時30分～午後7時
休業日	第1日曜日以外の日曜、月曜、火曜
ホームページ	http://arakinan.exblog.jp/

☆「手づくりの天然酵母パン」ライ麦パン・ベーグル・ピザパン・・・etc

畑の真ん中、ちいさな小屋で、毎日コツコツ手づくりしています。素朴でシンプル、でもちょっとクセになる、そんなオリジナルのお菓子、ケーキ、パン、加工食品をめざしています。よくかんで、ゆっくり食べて「樺木らしさ」を味わってもらえれば、すごくうれしいです。パンは、オーガニックレーズンから作った自家製の天然酵母と国産小麦粉、オーガニックライ麦、自然塩で作っています。生地に卵、乳製品、油類は使っていません。おすすめのパンは、くるみやオーガニックレーズンなどのシンプルな材料で作った、食事にあうライ麦パンです。また、いろいろなベーグルも日替わりで焼いており、いちぢくベーグルは定番です！その他に、自家製の野菜をたっぷり使ったトマトソース味のピザパンもあります。

☆「店内でランチ&お茶」

天然酵母でつくったピザやパンとスープのセットなどパンを楽しむランチメニューをご用意しています。お肉を使わず季節のやさしいやお豆などを使ったヘルシーなランチです。



★町内の企業及び事業所のみなさんへ★

あなたの企業及び事業所を広報誌に掲載してみませんか？

お問い合わせ・申し込みは、安堵町商工会事務局まで ☎0743-57-1524 FAX0743-57-1526

health

みんなで健康

腎臓の働きを守るために、
気をつけたい生活習慣

腎臓はある程度まで悪くなると正常な状態には回復しませんが、生活習慣の改善や薬物治療により病気の進行を遅らせることができます。生活習慣で慢性腎臓病を予防しましょう。(慢性腎臓病について・腎臓の働きについては平成25年1月号17ページみんなで健康に掲載分をご覧ください。)

腎臓の働き

- ①老廃物を尿に出す
- ②からだの水分と塩分のバランスを保つ
- ③血圧の調整をする
- ④赤血球を作るよう骨髄に働きかける
- ⑤骨を丈夫にする



からだにとって大切な働きをしている腎臓ですが、多少悪くなってもほとんど自覚症状が出ません。慢性腎臓病の重症化を防ぐことは、透析を回避し、心疾患や脳血管疾患などの発病を阻止することにつながります。定期的に健診を受け、生活習慣を見直しましょう。



「塩分控えめ」と
「バランスの良い食事」が決め手

おいしく減塩

素材の持ち味やスパイスを活かして、徐々に薄味に舌がなれてきます。天然だしで旨味と香りで楽しみましょう。



野菜を十分にとり、
バランスの良い食事を心がけましょう

野菜などに含まれるカリウムにはナトリウムを排出する働きがあり、高血圧やむくみには効果的。しかし、腎機能が低下すると、カリウム摂取量が制限されることもあります。主治医にご相談ください。



これ以上腎臓を悪くしたくない方の
ストップ！慢性腎臓病

『あなたの腎臓、
あなた自身で守ってほしい』

〈日時〉

9月19日(木)

午前9時30分から午後12時30分

〈場所〉

安堵町福祉保健センター 3階

〈内容〉

腎臓の働きを知ろう
腎臓を守る食生活の話
尿中塩分濃度測定・血圧測定
加速度脈波測定

〈参加費〉 無料

〈申し込み締め切り〉 9月12日(木)まで
申し込み後詳しい内容を送付させていただきます。

◆お問い合わせ・申し込み

住民課 ☎57・1501 (内線2202)
福祉保健センター内健康福祉課
☎57・1501

◆保健師直通メール

sukoyaka@town.ando.lg.jp

ご家族の参加もOK!



こども

健康

カレンダー

事業名	日時	対象	持ちもの	内容等
1歳6か月児健康診査	9月10日(火) 午後1時15分～ 2時受付	平成23年11月17日～ 平成24年3月10日生 まれの児	母子健康手帳 アンケート用紙 みそ汁50cc	身体計測、内科・歯科健診、 栄養・歯科・育児相談 食生活改善推進員による みそ汁塩分濃度測定

※対象者には通知します。 ※場所はいずれも福祉保健センター



おとな

●健康相談

事業名	日時	対象	持ちもの	内容等
福祉保健センターロビーでの健康相談	9月5日(木) 午前10時～11時30分	町内 在住 の方	健康手帳 または 健康ファイル	健康相談、血圧・体組成(体脂肪率・基礎代謝量・筋肉量・内臓脂肪レベルなど)・腹囲測定、尿検査、尿中塩分濃度測定(1日の摂取塩分量がわかります。料金2回分で100円)、開眼片足立ち
毎月20日の個別健康相談	9月20日(金)・10月18日(金) いずれも前日までに要予約 時間は予約時に相談の上決定		尿検査希望の方は、朝起きてすぐの尿をお持ちください。	
役場ロビーでの健康相談	10月4日(金) 午前9時～10時30分受付			

☆場所は福祉保健センター(役場ロビーでの健康相談は除く)

お問い合わせ 福祉保健センター内健康福祉課 ☎57-1591 FAX57-1592

☆ 9月は健康増進普及月間です ☆

熱中症に注意しましょう

まだまだ、残暑が厳しい9月...
熱中症には十分注意しましょう。
命にかかわることがある熱中症ですが、予防対策をきちんとすれば防ぐことができます。

予防対策

1. こまめな水分補給
2. 暑さを避ける
3. 涼しい服装

熱中症を疑ったときは...

◆応急処置のポイント

- ① 涼しい場所への避難
顔を横に向け足を高くして寝かせる。
- ② 脱衣と冷却
首・脇の下・足の付け根などを流水や氷などで冷やす。
- ③ 水分・塩分の補給
意識がない場合、口から水分を与えることは厳禁です。
- ④ 医療機関への搬送

食生活改善推進協議会だより

◆7月24日 親子食育教室を実施
今回はお米・ごはんをテーマ

に「お米ができるまで」「朝ご飯は大切」を勉強しました。親子で調理実習では、フライパンでつくるパエリア、おからサラダ、ごはんと野菜のポタージュ、米粉のカップケーキの4品を作り、昼からは、「野菜クイズゲーム」で楽しい一日を過ごしました。



調理実習のお誘い

◆9月4日(水)

川上栄養士による調理実習
「減塩メニュー」です。

町民の方々の体験参加をお待ちしています。

場所

福祉保健センター内(栄養指導室)

参加費 300円

お問い合わせ・申し込み

福祉保健センター内健康福祉課

☎57-1591

FAX 57-1592



「平成25年度なら歯と口腔の健康づくりフェスティバル」開催のお知らせ

歯・口腔の健康と食からの健康増進、ひいては健康な社会づくりのために地域でできること、家庭でできること等を共に考えるために「なら 歯と口腔の健康づくりフェスティバル」を開催し、県民の健康づくりの推進と豊かな長寿社会の形成に役立てることを目的とします。

開催予定日時

11月4日(月・祝)
午後1時～4時(予定)

開催予定場所

イオンモール大和郡山
(大和郡山市下三橋町74-1)

内容

- ① 歯科保健事業に貢献した団体および個人の顕彰
- ② 歯科保健に関するアトラクション
- ③ フッ化物塗布
- ④ その他歯科保健の啓発に関すること

フッ化物塗布

★満3～12歳児対象
先着2000名
午後1時～3時

【申し込み方法】

1名につき1枚の「往復はがき」で住所・電話番号・お子様の氏名・年齢をご記入のうえ、お申し込みください。

【応募期間】

9月10日(火)～9月27日(金)
10月中旬までに採否のご返信します。

【お問い合わせ・申し込み先】

奈良県歯科医師会
〒630・80002
奈良市二条町2・9・2
なら 歯と口腔の健康づくりフェスティバル「フッ化物塗布」係宛
☎0742・33・0861

成年後見制度に関する説明会

法律専門職の司法書士と福祉専門職である社会福祉士の団体が共催します。

将来の不安に備え、高齢者や障がい者等の方々の権利や財産を守

るために成年後見制度の利用の仕方や事例紹介、任意後見制度の活用などわかりやすく説明します。

日時 9月16日(月・敬老の日)
午後1時15分～4時50分

場所 橿原市商工会経済会館7階
(近鉄橿原神宮前駅東出口徒歩すぐ)

内容

★「成年後見制度(法定・任意)」
午後1時15分～

★「高齢者と障がい者のための成年後見相談会」
午後3時30分～

※相談をご希望の方は、事前にお電話でお申し込みください。

定員 100名

※定員になり次第締め切らせていただきます。

お問い合わせ・申し込み

奈良県司法書士会
☎0742・22・6677

9月11日は全国一斉「警察相談の日」です

警察では、9月11日を全国一斉「警察相談の日」と定め、被害の未然防止に関する相談や地域の安全と平穩についての相談に応じます。

◆警察の相談ダイヤル#9110
をご利用ください。

【警察の相談窓口】

◆警察総合相談

プッシュ回線での相談
#9110

ダイヤル回線での相談

☎0742・23・1108

ファックスでの相談

☎0742・24・0874

電子メールでの相談

奈良県警察ホームページ

◆悪徳商法相談

☎0742・24・9441

※架空請求はがき、迷惑メール、高金利等の相談

◆運転免許更新・再交付手続

☎0744・22・5541

◆西和警察署

☎0745・72・0110



● お知らせ ●

ベビママサロンのお知らせ

日時 9月6日(金)、20日(金)
27日(金)

各日午前10時～11時45分

場所 福祉保健センター三階にて

ベビママサロンは、小さな子どもとママ達で楽しく遊んだりおしゃべりしたり、リラックスできるフリーな交流の場です。

第一金曜日は午前11時頃から絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びもあります。

赤ちゃんから就学前まで、入退場は自由です。お子さまの身長や体重の計測もできます。

子育ての気になることを話したり、ママ友作りにみんなで声かけあつてご参加ください。初めての方も大歓迎。気軽に遊びに来ませんか。



9月の主な行事予定カレンダー

1日(日)	ふるさと美化クリーンアップ大作戦 ◎：町内 ◎：午前9時～11時	17日(火)	
2日(月)		18日(水)	特別展「天誅組と伴林光平」(詳しくは9ページ参照) ◎：歴史民俗資料館 ◎：午前9時～午後5時 ※10月31日(木)まで開催
3日(火)		19日(木)	『あなたの腎臓、あなた自身で守ってほしい』 (詳しくは12ページ参照) ◎：福祉保健センター ◎：午前9時30分～12時30分
4日(水)		20日(金)	ベビママサロン(詳しくは15ページ参照) ◎：福祉保健センター ◎：午前10時～11時45分 ----- 個別健康相談(詳しくは13ページ参照) ◎：福祉保健センター ※予約制
5日(木)	健康相談(詳しくは13ページ参照) ◎：福祉保健センターロビー ◎：午前10時～11時30分	21日(土)	
6日(金)	ベビママサロン・絵本のひろば (詳しくは15・16ページ参照) ◎：福祉保健センター ◎：午前10時～正午	22日(日)	
7日(土)	ねこじゃらしおはなし会(詳しくは16ページ参照) ◎：図書室 ◎：午後2時～	23日(月)	
8日(日)	第7回生駒郡総合防災訓練(詳しくは2ページ参照) ◎：平群町総合スポーツセンター ◎：午前9時30分～正午 ----- 灯芯ひき・わらぞうり作り(詳しくは9ページ参照) ◎：歴史民俗資料館 ◎：午後1時30分～	24日(火)	
9日(月)		25日(水)	工作クラブ(詳しくは16ページ参照) ◎：福祉保健センター2階会議室 ◎：午後4時～5時
10日(火)	1歳6か月児健康診査(詳しくは13ページ参照) ◎：福祉保健センター ◎：午後1時15分～2時受付	26日(木)	
11日(水)		27日(金)	ベビママサロン(詳しくは15ページ参照) ◎：福祉保健センター ◎：午前10時～11時45分 ----- 戦没者追悼式(詳しくは3ページ参照) ◎：福祉保健センター2階視聴覚室 ◎：午後1時～受付
12日(木)		28日(土)	
13日(金)	らっこくらぶ(詳しくは16ページ参照) ◎：福祉保健センター3階 ◎：午前10時～	29日(日)	お菓子作り体験会(詳しくは9ページ参照) ◎：歴史民俗資料館 ◎：午後1時30分～
14日(土)		30日(月)	
15日(日)	敬老のつどい(詳しくは2ページ参照) ◎：トーク安堵カルチャーセンター ◎：午前9時～受付		
16日(月)			

◎：場所 ◎：時間 ※行事は変更される場合がありますので、ご了承ください。

本の窓

安堵町福祉保健センター図書室
福祉保健センター2階
☎・FAXとも 57-1600
[利用時間] 午前10時～午後5時

図書カレンダーは利用日

9月

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				

◎ 9月21日(土)はお休みです

福祉保健センター内の電気工事に伴い、21日(土)は図書室を休ませていただきます。
ご利用者の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

第4回 怖いおはなし大会

8月1日(木)にカルチャーセンターで開催されました。
参加した子どもたちは「こわくないよ～!!」と言いながらも身を寄せ合い、じつと怖いおはなしに聞きいってくれました。



ねこむしのおはなし会

9月7日(土)

10月5日(土)

「小さい子の時間」(2・3歳～)

午後2時～2時20分

「大きい子の時間」(5歳～)

午後2時30分～3時

◎おはなし・絵本・紙芝居

◎場所：図書室

工作クラブ

9月25日(水)

午後4時～5時

◎場所：福祉保健センター2階会議室

◎道具はこちらでご用意します。

◎無料です。

お気軽に!



ベビママサロン

絵本のひろば

ベビママサロンで遊んだあとは「絵本タイム」

おたのしみ手遊び・紙芝居

9月6日(金)

10月4日(金)

午前11時～正午

(入退場自由)

福祉保健センター

共催 ベビママサロンの絵本のひろばBe-輪

らっこくらぶ

9月13日(金)

「おもちゃづくり」

～みんなで大きなおもちゃをつくろう～

10月11日(金)

「ハロウィンパーティー」

～かぼちゃのおやつをつくろう!～

材料費：100円

午前10時開始

場所 福祉保健センター3階

対象 小学校入学までの親子

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。



安堵町人権・同和問題啓発活動推進本部



毎月11日は人権を確かめあう日です

