

Kawanishi Town News

広報川西 3

2014



主な内容 「みんなでつくる 地域の防災」、水道料金の増額について

午前9時10分



訓練開始

〈緊急速報メール（エリアメール）〉



〈防災行政無線〉



緊急速報メール（エリアメール）と防災行政無線で避難情報を配信

※緊急速報メールとは、災害発生時の緊急情報、避難情報などを町内の携帯電話に対し、一斉にお知らせするものです。

みんなのでつくる 地域の防災

1月15日（水）、川西町自主防災連絡協議会と川西町の共催で防災訓練を実施しました。
小学6年生や地元自主防災会の皆さん、訓練のサポートとして川西町婦人会、奈良県、日本防災士会奈良

県支部、磯城消防署、田原本警察署、日本赤十字奈良県支部の皆さん、総勢150名の参加がありました。
問い合わせ 総務課

☎0745(44)2211

午前9時10分



避難所開設



実際の災害を想定し、シナリオなしで参加者自身が考え避難所を開設

午前9時20分



避難誘導



田原本警察署の誘導で小学校から文化会館まで避難

午前9時50分



防災士による総括



防災士から避難所開設訓練での課題や改善点について説明

午前9時35分



防災士による講義



防災士による「地震が起きたときに自分の身を守るには」の講義

午前10時00分



自主防災会と小学生による体験訓練



毛布と竹の棒で簡易担架を作成し、安全に運搬する方法の講習



磯城消防署の指導のもと消火器による消化訓練



三角巾を使用したケガの応急手当対応の講習



阪神大震災や東日本大震災の震度を起震車で体感

「安心して暮らせる
まちづくり」の第一歩

川西町長 竹村 匡正

私が就任してからの短い期間においても、日本各地で「経験したことのないような大雨」による被害が多発し、南海トラフ地震も30年以内に起こる確率が6割から7割と言われており、災害は「いつ起こるか分からない」ではなく、「いつ起こってもおかしくない」状況になっています。

私の公約である4つの活力プランに「安心して暮らせるまちづくり」があります。私自身が東日本大震災で同僚や知り合いが被災するなどを身近に感じた経験から、安心して暮らせることの大切さを痛感し、公約に掲げることとしました。その第一

歩として今回の防災訓練を計画しました。今回の防災訓練では、「命を守るために、まずは災害から避難する」という点に絞り、住民の皆さんだけでも避難所が開設できるようにということで訓練を設定しました。

災害時に行政だけで出来ることは限られています。災害という大きな困難には、行政だけでなく、住民の皆さん・関係機関の皆さんとともに一丸となつて取組んでいく必要があります。今年度、川西町自主防災連絡協議会が設立されたことにより、住民の皆さんと連携して防災行政を進めることができる環境が整いました。皆さんの力をお借りして、川西町に合った防災体制を整えてまいりたいと考えております。これまで以上に、皆さんのご支援・ご協力をお願いいたします。

午前11時00分



非常食の試食



水やお湯だけで出来るご飯「アルファ化米」をみんなで試食

国民健康保険「高齢受給者証」

70歳から74歳の人の医療費の窓口負担は1割に据え置かれます。

制度改正に伴い70歳から74歳の人の医療を受けるときの自己負担については、現在1割負担の人を2割負担に見直されることになっていますが、平成26年4月以降も誕生日が、昭和14年4月2日から昭和19年4月1日までの方については、1割負担に据え置かれることになりました。

高齢受給者証を3月末までに送付します。

対象となる人には平成26年3月末までに新たな「国民健康保険高齢受給者証」を送付します。

この受給者証は、8月に更新されますので、今回送付する高齢受給者証の有効期限は7月31日（7月31日までに75歳になる人は誕生日の前日まで）となっています。

※誕生日が、昭和19年4月2日以降の方については、誕生日の翌月から（1日生まれの方は当月から）自己負担が2割となる予定です。

※現役並所得者である3割負担の人は除きます。

国民健康保険税の納め忘れはないですか？

国民健康保険証の更新が近づいてきました

4月1日からの国民健康保険被保険者証を3月末までに「簡易書留郵便」で郵送します。

郵送は、国民健康保険税を完納されている世帯に対して行います。

未納のある世帯の被保険者証は、役場保険年金課で一時お預かりしますので、国民健康保険の窓口で更新手続きを行ってください。その際、納付相談等を行い、完納できない場合は「短期被保険者証等（有効期間の短い保険証）」の交付を行います。

保険税は私たちのために使われています

保険税は国の支出金などとともに、医者にかかったときの費用の一部を負担するなど、私たちのために使われています。他にも、「出産育児一時金」や「葬祭費」などの様々な給付に使われていますので、保険税の納め忘れがないようにお願いします。いつ、病气やケガで保険証が必要になるか分からないことを忘れないでください。

理由なく滞納を続けると・・・

特別な理由もないのに滞納を続け、納付相談にも応じない、また納付相談はしたけれど納付する意思がないというような場合は次のような措置をとる場合があります。

督促	保険税の納付期限を過ぎると督促状が届きます。
●納付期限から1年間滞納すると・・・	↓ 納付相談を行い、完納できない場合は、短期被保険者証の交付を受けます。
資格証明書の発行	保険証の代わりに「資格証明書」が交付されます。医者にかかる時、医療費は一旦、全額自己負担することになります。
●さらに6ヶ月間滞納すると・・・	↓
給付の制限・差し止め	保険給付の全部、または一部が差し止めになります。また、その分から滞納分が差し引かれます。
●それでも納めないと・・・	↓
滞納処分	法律に基づき、財産（給与、預貯金、不動産、電話加入権など）の差し押さえをする場合があります。

※これらの処分を受けても保険税の納付義務はなくなりません。

※40歳以上65歳未満の人は、保険税の中に介護保険分が含まれていますので、保険税を滞納すると、介護保険の給付も制限される場合があります。

「どうしても経済的に納付が困難である」という方は、なるべく無理なく納められるよう納付方法について相談も行いますので、窓口までお

越しく下さい。
問い合わせ 保険年金課
☎0745(44)2612

柔道整復師の施術（整骨院・接骨院）を受けられる方へ

整骨院や接骨院にかかる場合、健康保険証が使える場合と使えない場合があります。健康保険証は治療を目的としたものであり、左記の保険証が使えないケガの場合は自費となります。

負傷の原因は正確にきちんと伝えて、保険証が使えるかどうか確認しましょう。

保険証が使えるケガとは・・・

- ・外傷性のねんざ・打撲等（いわゆる肉離れやスポーツなどでのねんざなど）
- ・医師の同意がある場合の骨折・脱臼
- ・応急処置で行う骨折・脱臼の施術（応急手当後の施術には医師の同意が必要です）

保険証が使えないケガとは・・・

- ・日常生活における単純な疲労や肩こり・腰痛・体調不良など
- ・病氣（神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・ヘルニアなど）によるこりや痛み
- ・脳疾患後遺症などの慢性病
- ・症状の改善がみられない長期の施術（応急手当では除く）

- ・スポーツなどによる肉體疲労改善のための施術
- ・仕事中や通勤途上に起きた負傷（労災保険からの給付になります）
- ・保険医療機関で治療中のもの。

治療内容について保険者よりお尋ねすることがあります

施術日や施術内容、負傷原因等について照会させていただく場合があります。

柔道整復師にかかったときは、領収書等を保管し、照会がありましたらご協力をお願い致します。

問い合わせ 保険年金課
☎0745(44)2612

国民年金保険料の口座振替2年前納が始まります

2年間で14,000円程度の割引になり、お得です！

国民年金では、保険料を前払いすると割引がある「前納」という制度があり、口座振替による「前納」と現金納付やクレジットカード納付による「前納」があります。

これまでも口座振替で前納されると、現金納付やクレジットカード納

付による前納よりも更に割引額が多くなるが、平成26年4月からこの口座振替による前納についてのみ、2年度分の保険料をまとめて納める「2年前納」が始まります。

『2年前納』をご利用いただく場合、毎月納付する場合に比べ2年間で14,000円程（※）の割引になります。「前納」についてのご相談は、お近くの年金事務所へお尋ねください。

（留意事項）

注1：割引額は、平成25年度の保険料による推計です。目安ですので実際の金額とは異なります。

注2：初回は、原則、前月分と2年前納分の2ヶ月分の引き落としになります。

注3：前納分はすべてその年の社会保険料控除の対象となります。（2年前納は2年分が対象となります。）

問い合わせ 桜井年金事務所
☎0744(42)0033

身体障害者手帳の認定基準が変わります。

平成26年4月1日以降の申請から新たな認定基準の対象になります。ただし、平成26年3月末までに診断

書・意見書が作成された方については、同年6月末までに申請すれば従来の基準で認定されます。また、既に該当する手帳をお持ちの方は変更手続き等ありません。

対象となる方

◎ペースメーカー^{※1}を入れた方（※CD）を含む

平成26年3月まで一律1級に認定
平成26年4月から 1級、3級、4級のいずれかに認定

◎人工関節等^{※2}を入れた方（※2人工骨頭を含む）

・股関節・膝関節
平成26年3月まで一律4級に認定
平成26年4月から 4級、5級、7級、非該当のいずれかに認定

・足関節
平成26年3月まで一律5級に認定
平成26年4月から 5級、6級、7級、非該当のいずれかに認定

問い合わせ 健康福祉課
☎0745(44)2631



3月は水道メーターの検針月です

水道の定期検針を左記の日程で実施します。皆様のご協力をお願いします。

実施日 3月14日(金)、17日(月)、18日(火)、19日(水)

消費税法改正に伴う上下水道料金の増額について

このたびの消費税法改正により、平成26年4月1日から消費税率(地方消費税率を含む)が現行の5%から8%に引き上げられます。これに伴い、増税分を上下水道料金に反映させていただきます。平成26年3月31日以前から継続してご利用いただいている場合は、経過措置の対象とし、定期検針(5月検針)分までを旧税率(5%)で請求を行います。また、平成26年4月1日以降に開栓しご利用いただく場合は、新税率(8%)で請求を行います。

お問い合わせ 水道部上下水道課
☎0745(43)0331

表1 新税率適用時期のパターン例

適用消費税率(対象調定月)	3月分	4月分	5月分	6月分	7月分	
① 継続して水道をご利用いただく方	旧税率(5%)	旧税率(5%)	旧税率(5%)	新税率(8%)	新税率(8%)	
② 4月1日以降開栓された方		新税率(8%)	新税率(8%)	新税率(8%)	新税率(8%)	
③ 3月16~31日に開栓され、4月15日までに閉栓された方		旧税率(5%)				
	基準日 2月15日	定期検針 3月15日	4月15日	定期検針 5月15日	6月15日	定期検針 7月15日

表2 納付時期

納付方法/調定月	3月分	4月分	5月分	6月分	7月分
口座振替をご利用の方(口座振替日)	5月7日	6月3日	7月3日	8月4日	9月3日
納入通知書により納付される方 上段: 納入通知書送付時期 下段: 納期限	4月20日前後	5月20日前後	6月20日前後	7月20日前後	8月20日前後
	6月2日	6月30日	7月31日	9月1日	9月30日

例 一般家庭の平均(22m3/月)の場合

	水道料金 22m3の税抜金額4,005円	下水道使用料 22m3の税抜金額2,310円	
旧税率	水道料金 4,005 × 1.05 = 4,205	4,200円(10円未満切り捨て)	4,200 + 2,420 = 6,620円
	下水道使用料 2,310 × 1.05 = 2,425	2,420円(10円未満切り捨て)	
新税率	水道料金 4,005 × 1.08 = 4,325	4,320円(10円未満切り捨て)	4,320 + 2,490 = 6,810円 (190円増)
	下水道使用料 2,310 × 1.08 = 2,494	2,490円(10円未満切り捨て)	

確定申告相談について

3月5日(水)・12日(水)・17日(月)は役場での確定申告相談は行っておりません。

桜井商工会館会場をご利用下さい。時間は9時から17時です。

お問い合わせ 税務課
☎0745(44)2642

税についての作文で表彰

納税貯蓄組合連合会が実施した中学生の「税についての作文」募集で、式下中学校の生徒が表彰されました。

奈良県納税貯蓄組合連合会会長賞

「税金と信頼で築く未来」

神尾 ころろさん(2年生)

桜井租税教育推進協議会長賞

「税について考えた」

荒木 麻里さん(1年生)

桜井租税教育推進協議会長賞

和瀬 愛梨さん(2年生)

桜井納税貯蓄組合連合会会長金賞

「身近な税金」

荒木 悠里さん(1年生)

桜井納税貯蓄組合連合会会長金賞

「税金は必要であり役立つもの」

丸谷 麻友さん(1年生)

単車・軽自動車などの 廃車・名義変更届

軽自動車税は、毎年4月1日現在の単車や軽自動車などの所有者に課税されます。(月割計算は行いません。)単車や軽自動車などを譲渡や廃車、盗難のために現在所有しておられない方は、平成26年4月1日までに左記の関係機関へ届出てください。届出がないと軽自動車税は、いつまでも課税されますのでご注意ください。車種ごとに届出先、必要書類が異なりますので詳しくはそれぞれの届出先に直接お問い合わせください。

車種	手続き場所
原動機付自転車 (125cc以下) 小型特殊自動車等	川西町役場税務課 川西町結崎28番地の1 ☎：0745 (44) 2642
軽二輪車 (125cc超～ 250cc以下)	奈良県軽自動車協会 大和郡山市額田部北町981-8 ☎：0743 (58) 3700
二輪小型自動車 (250cc超)	近畿運輸局奈良運輸支局 大和郡山市額田部北町981-2 ☎：050 (5540) 2063
軽自動車 (軽三輪・軽四輪)	軽自動車検査協会奈良事務所 大和郡山市額田部北町980-3 ☎：0743 (58) 3018

消費生活相談

電話勧誘による電気・通信サービスの申し込み

《相談事例》

「電話とインターネットの回線に光回線に変えませんか。料金も今までより安くなります。」という勧誘の電話が大手通信会社の代理店を名乗りかかってきた。よくわからないので申し込んだ。しかし、プロバイダーを変えなければいけなくなるし、料金もたいして変わらないとわかった。やめられるだろうか。

(60代 女性)

自宅の電話に、相談事例のような勧誘電話がかかってきた経験のある方も多いのではないだろうか。光回線とは光ファイバーを使用した通信回線のことで、高速で高品質のインターネット接続や電話、テレビ視聴などができることから普及が進んでいます。契約のきつかけとなるのが代理店による勧誘の電話である場合も多いようです。

〈電話勧誘で電気・通信サービスを契約する際の注意点〉

①耳から入る情報だけでは理解は難しい

もともとサービス内容やプランの種類、料金、解約条件などが複雑な契約であるので、書面が手元がない状態で電話説明を受けても内容を正確に把握することは難しいものです。電話口での説明だけで契約せず、資料を送ってもらって内容を確認してからにしましょう。

②クーリング・オフはありません

電話で承諾すれば、書類に何も記入してなくても基本的に契約は成立しています。こうした電気通信サービスの契約には電話勧誘販売であっても特定商取引法が適用されないのでクーリング・オフ(無条件解約)の制度がありません。解約したい場合には事業者の承諾が必要になり、解約料が発生する場合があります。事業者によっては、○日以内なら無条件で解約に応じるというような独自の基準を設けている場合もありますが、すべてではありません。

*この相談の場合、事業者から送られてきた書類を確認したところ思っていたほど料金が安くなるわけでもなく、プロバイダーの変更も必要だと気付いたようです。解約したいという意思を伝えたところ、「回線工事前の契約は解約に

応じる」という事業者が設けた基準により解約ができました。その場ですぐに契約してしまわず、資料を取り寄せじっくり検討してから契約しましょう。心配なときは消費生活相談をご利用ください。

消費生活相談窓口をご利用ください。(予約優先)

国民生活センターの認定を受けた相談員が相談に応じます。

・相談日 毎週火曜日(祝日を除く) 10時～15時

・相談方法 電話もしくは来所

・相談場所 川西町役場2階 10名以上の勉強会にも講師派遣します。

・婦人会や老人会の会合や勉強会にも、相談員を講師として派遣して、消費者問題について、事例を用いてわかりやすく解説します。

*日程調整が必要ですので、1か月前までに予約してください。

問い合わせ 住民生活課
☎ 0745(44)2611

この事業は、住民の皆様が安全に安心して暮らせる地域社会作りを目指す、地方消費者行政活性化基金の活用により開設されました。基金終了後も安心してご利用いただける消費生活相談窓口を維持します。

人と人をつなぐ

地域社会を

昨年末の12月30日の新聞で、「都心の団地、また誰かが孤独死」「まるで姥捨て山」というショッキングな見出しの記事を目にしました。

場所は、東京都新宿区の都営の戸山団地です。この団地は、戦後すぐの1948年に建て始められました。多くの間取りが3DKで、山手線から見える唯一の集合住宅として人々のあこがれでした。できた当時は、夏に盆踊り、正月に餅つき大会などがあり、若い家族でにぎわったそうです。そして約40年後の90年以降に建て替えられ、8〜19階の高層団地に生まれ変わり、現在は2,300世帯約3,500人が住んでいます。そして団地の住人の高齢化が急速に進み、6、7年前には、「相次ぐ孤独死」「都会の限界集落」と騒がれ、状況は今も何も変わっていないそうです。また、自治会役員になり手もいなくなり、2007年には自治会も解散しました。そのため

以前は親族がいままま亡くなった人は、自治会が集会所で葬式をだしていたが今はそれもできなくなっています。

区の最後の役員だった本庄さんは「2007年ごろまで、団地では毎年約40人が亡くなり、うち10人くらいが孤独死だった。今はもつと増えていると思う。まるで姥捨て山だ。」とつぶやかれます。この言葉を裏付けるように、東京都の統計では、2012年に東京23区で孤独死したのは4,472人で、約10年で1.5倍に増えています。自治会がなくなった後、本庄さんは有志で「人と人をつなぐ会」をつくって「孤独死」を減らすための活動をされています。

孤独死の背景にある大規模団地の高齢化は、東京だけでなく各地で進んでいます。関西の千里ニュータウンでも、1975年には3.5%だった65歳以上の割合が、2010年には、30.3%に達していて、「住人どうしの絆を深めたい」という思いから、タウン内でのイベントに携わる住人も多いそうです。

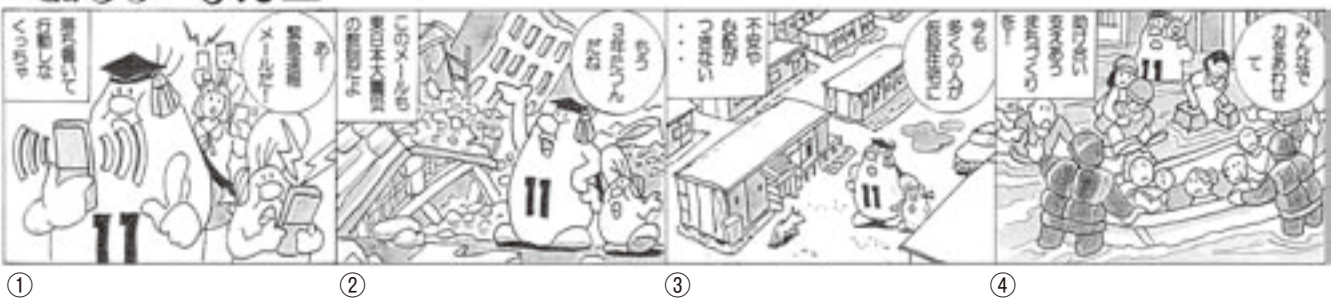
少子高齢化と核家族化が全国的に進んでいる現在、この「孤独死」の問題は日本中どの地域にもある状況と言えます。

私たちが住む川西町では、都市の大規模団地のような極端な高齢化はないと思いますが、それでも「高齢者の一人暮らし」は増えていると考えられます。住人の高齢化は避けられないことですが、「孤独死」は減らすことができると思います。そのためには、地域住民の「人と人とのつながり」を強めること、また強めるとまではいかなくてもつながりを維持していくことが大切ではないでしょうか。「老い」はすべての人に共通しています。そして、核家族が多い現在、今は若く家族も健在であっても、いずれは自分が老い、まわりの家族も減っていく、一人暮らしになる人が増えていくと想像できます。つまり、この「孤独死」の問題は高齢者だけの問題ではなく、若い人も含めたすべての人々の身近な問題なのです。自分も含めた地域のみならず安心して老後を生きていくために、「人と人とのつながり」をつくっていくための日頃の活動が、今、特に大切ではないでしょうか。

人権教育推進協議会事務局
(教育委員会社会教育課内)

☎0745(44)2214

てんいち先生



①

②

③

④



図書館のおしらせ

川西文化会館内
☎0745-44-2212
開館時間 9:30~17:00

<http://library.town.kawanishi.nara.jp>

図書館のホームページでは、蔵書の検索をはじめ、利用案内や行事のお知らせ、図書館カレンダー等をご覧いただけます。

一寄贈図書をお願い

図書館では利用者の方から予約・要望の多い、最近のベストセラーなどの図書の寄贈を募集しています。ご寄贈いただける図書をお持ちの場合は、図書館までお気軽にご相談ください（☎0745-44-2212）。蔵書にさせていただくかどうか検討させていただきます。特に以下の資料について、ご協力をよろしくお願いいたします。

1. 川西町や奈良県に関する郷土関係の資料
2. 能楽（観世流）関係の資料
3. 予約・要望の多い最近のベストセラー
4. 新刊書全般

*古い百科事典類や文学全集・美術全集類、および汚損・破損・書き込み・変色等が目立つ図書の寄贈はご遠慮ください。

■寄贈にあたっては次のことをご了承ください。

- ・図書館までご持参ください。（郵送などの場合、送料は寄贈者負担とさせていただきます。）
- ・寄贈していただいた図書を蔵書として受け入れしない場合もあります。
- ・寄贈礼状の送付や寄贈図書の返却はいたしません。

昨年お寄せいただいた寄贈図書から、一般書と児童書合わせて241冊を蔵書として受け入れいたしました。

ご協力いただきました皆様に、改めまして御礼を申し上げます。

3月のおはなし会

- ◎小さい人（4歳～1年生）
8日（土）「ばかなこねずみ」
- ◎大きい人（2年生～中学生）
22日（土）「かますのいつけ」



「ロシアの昔話」から

どちらも10:30~11:00まで
図書館2階 おはなしのへやで



3月の休館日

*図書館が閉まっているときは、「本を返すポスト」をご利用ください。（視聴覚資料は除く）

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					

新しく入った本から

- | | |
|----------------------------------|-----------------|
| 歩く
11/22/63 上・下 | ポプラ社 |
| うつつに非ず うつつ病の真実と精神医療の罪 | 文芸春秋 |
| 英国の OFF | 講談社 |
| 液晶画面に吸いこまれる子どもたち | 新潮社 |
| 科学の世界のスケール感をつかむ | 女子パウロ会 |
| かくて老兵は消えてゆく | ベレ出版 |
| カラーリーフ 421種の樹木・草花と庭づくり | 文芸春秋 |
| かわいい江戸絵画 | 畠山文化協会 |
| 今日から始める楽しい俳句入門 | 求龍堂 |
| 軍医が見た戦艦大和 一期一会の奇跡 | 実業之日本社 |
| ケアへのまなざし | 角川書店 |
| 恋しくて Ten Selected Love Stories | みすず書房 |
| 抗がん剤10の「やめどき」 あなたの治療、延命ですか、縮命ですか | 中央公論新社 |
| 古代大和と三輪山の神 | 実務教育出版 |
| 最重度の障害児たちが語りはじめるとき | 学生社 |
| 幸せに自立できる女性に育てる、大切な6つのこと | 草思社 |
| 資格をお金に換える方法 | 研パブリッシング |
| じぶんのための子守歌 | 中経出版 |
| 女子会「憲法」サークル | PHP研究所 |
| シリア・レバノンを知るための64章 | PHP研究所 |
| 「世界」を変えろ! 急成長するスタートアップの秘訣 | 明石書店 |
| セキユリヨのパターンを使ったデザイン | 日経BP社 |
| 速読の基本が面白いほど身につく本 | バインター・インターナショナル |
| そろそろスマートフォン Android 編 | 中経出版 |
| つり堀の教科書 | NHK出版 |
| つるかめ食堂 60歳からの健康維持レシピ | 土屋書店 |
| 手づくりする竹のかごと器 | バスターホーム協会/編 |
| トコトンやさしいエコハウスの本 | バスターホーム出版局 |
| 長い猫と不思議な家族 | 嶋崎千秋 |
| NISAではじめる! 将来に備える資産形成術 | 誠堂新光社 |
| 能を読む 4 信光と世阿弥以後 | エコハウス検討委員会 |
| ブア充 高収入は、要らない | 日刊工業新聞社 |
| 藤沢周平伝 | 依布サラサ |
| 名景世界遺産 街並み編 | 田中秀一郎 |
| 燃える闘魂 | 朝日新聞出版 |
| 森と神と日本人 | 梅原猛/監修 |
| 薬剤師の私が実践する薬に頼らず健康に喜ぶ27の習慣 | 観世清和/監修 |
| ルポ虐待 大阪二児置き去り死事件 | 島田裕巳 |
| ロングステイ入門ガイド 大人の海外暮らし | 笹沢信 |
| | バインター・インターナショナル |
| | 稲盛和夫 |
| | 毎日新聞社 |
| | 上田正昭 |
| | 藤原書店 |
| | 宇多川久美子 |
| | 中経出版 |
| | 杉山春 |
| | 筑摩書房 |
| | イカロス出版 |

高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用助成について

川西町では、70歳以上の方で肺炎球菌ワクチンを接種された費用のうち、3,000円を上限として助成しています。(※お一人につき、1回に限ります。)

◆**対象者**：満70歳以上の方（予防接種が健康保険の適応となったり、これまでにこの予防接種を受けたことがある方は除きます。）

◆**手続きに必要なもの**

接種を証明する領収書（被接種者氏名、接種年月日、予防接種名、領収金額）
（接種した医療機関名が記載された領収印のあるもの）

振込先の金融機関の通帳（請求書の記入の際に必要です）

印鑑（スタンプ印不可）



肺炎球菌とワクチン接種について

肺炎は高齢者の死亡原因の常に上位を占めています。初期症状が風邪と似ていることから気づかれにくい、高齢者にとって致命的な病気と言われています。肺炎の原因菌として最も多いのが「肺炎球菌」で93種類あるとされ、このうち肺炎球菌ワクチンは、23種類（肺炎球菌性肺炎の約8割）に予防効果が期待できます。

高齢者肺炎球菌ワクチンの効果持続期間及び再接種について

ワクチン接種による予防効果は5年以上持続するとされています。

再接種は可能ですが、接種箇所の強い局所反応がみられる場合があるので、次回接種するかどうかは、主治医の指示に従ってください。

♪ 3歳児・4歳児・5歳児 親子クッキング教室のお知らせ♪

親子で料理を作って食べる楽しみが味わえるクッキング教室です。

自分で作って食べる楽しみを通して、お子さんの食生活を振り返ってみましょう。

対象：3歳児・4歳児・5歳児

日時：3歳児 3月15日(土)

4・5歳児 3月8日(土)

受付時間 9時30分～9時40分（終了は13時30分ごろです。）

定員：3歳児 12組程度 } 定員を超えた場合は初めての方を優先させていただきます。
4・5歳児 15組程度 }

メニュー：3歳児 鮭のマヨネーズ焼、ほうれん草のごま和え、茶碗蒸し、ヨーグルトクッキー
4・5歳児 キャロットライス、ブイヤベース、フルーツパンケーキ

参加費：親子1組500円、同伴児1人200円（1歳以上）

持ち物：エプロン、三角巾、ふきん、お茶、上靴、母子健康手帳

申し込み：期日までに電話等でお申し込みください。

3歳児 3月12日(水)まで

4・5歳児 3月5日(水)まで



保健センター GUIDE

保健センターで実施します

こども

*母子健康手帳を持参して下さい。

項目	対象	日時	実施内容
乳幼児相談	生後すぐ～就学前の 育児のことで相談した い方	3月3日(月) 受付時間 9:00～10:00	身体計測、発達・生活・栄養相談 【持参するもの】母子健康手帳
3歳6ヵ月児 健康診査	3歳6ヵ月～3歳8ヵ月 児(平成22年6月16 日～9月15日生まれ の児) ※対象者には個別通知します。	3月14日(金) 受付時間 13:30～14:30	問診、身体計測、尿検査、内科診察、 歯科検診、視覚・聴覚検査、生活・ 栄養・歯科・発達相談 【持参するもの】母子健康手帳、 問診票、尿検査容器
4・5ヵ月児 健康診査	生後4・5ヵ月児 (平成25年10月11日 ～12月10日生まれの 児) ※対象者には個別通知します。	4月4日(金) 受付時間 13:30～13:20	問診、身体計測、内科診察、 生活・栄養相談、絵本の読み聞か せについて 【持参するもの】母子健康手帳、 問診票
B C G 予防接種	生後5～8ヵ月未満の 児(平成25年8月10 日～11月7日生まれの 児)	4月8日(火) 受付時間 13:30～13:45	BCGは結核を予防するワクチン です。※接種当日に満1歳を超え る児は任意接種(全額自費)とな ります。 【持参するもの】予診票、母子健 康手帳、体温計

※転入などで予防接種の予診票をお持ちでない方は、保健センターまで連絡してください。

妊娠判定受診料の補助について

母体や胎児の健康保持・増進を図るため、妊娠判定のための受診料の補助を行っています。

対象: 町民税非課税世帯の人

補助額: 各医療機関で定める額(1回7,000円を上限。一人1年度2回まで)

※手続きが必要ですので、保健センターまでご連絡ください。



おとな

項目	対象	日時	実施内容
健康相談 ※時間予約制	生活習慣病について心 配な方、健康診査結果 について聞きたい方	3月17日(月) 実施時間 9:00～11:30	健診結果の説明や日常生活に関するこ となど個別の相談に応じます。 ※健康診査や血液検査の結果などがあ れば、ご持参ください。
精神保健相談 ※時間予約制	心の悩みなどがある 方や家族の方	随時 (お問い合わせください)	心の悩みなどについて、精神保健福祉 士や保健師等が相談に応じます。



川西町子育て支援センター

こんにちは♪ひだまり♪です



3月・4月の主な行事予定

日	時	内容	場所
3月			
4日(火)	10:00~11:30	きずなサロン	子育て支援センター
6日(木)	10:00~11:30	1歳児親子教室	子育て支援センター
7日(金)	10:00~11:30	青空広場	6丁目公園(飛行機公園)
12日(水)	10:00~11:30	子育て講座	子育て支援センター
13日(木)	10:00~11:30	2歳児親子教室	子育て支援センター
20日(木)	10:00~11:30	0歳児親子教室	子育て支援センター
26日(水)	10:00~11:30	お楽しみデー	子育て支援センター
4月			
23日(水)	10:00~11:30	お楽しみデー	子育て支援センター
24日(木)	10:00~11:30	子育て講座	子育て支援センター

※休館日は日、月、水(午後)、祝祭日です。

★3月12日(水) 第10回子育て講座

時間 10:00~11:30
 講演 「お家で伝える命の話」
 ~生と性の「なぜ?」「どうして?」への応え方~
 講師 菊池 光さん(助産師)

★3月26日(水) お楽しみデー

「コスモスウィンドアンサンブル」さんによるミニコンサートです。

時間 10時~
 ※曲目は当日のお楽しみ!
 今年度最後のお楽しみデーです。ご家族でお楽しみください。

★お子さんの誕生月には、プレゼントを作ってもらいます。事務所に声をかけてください。



平成26年度 子育て支援センター新規登録のお知らせ

~4月1日(火)から受付開始~

平成26年の利用期間は、平成26年4月1日~平成27年3月31日までです。

- ◆町内利用者の負担金は、保険料200円(一家族年間)
- ◆町外利用者の負担金は、保険料200円+使用料1,000円(一家族年間)



平成26年度 親子リズムサークル会員募集のお知らせ

~4月1日(火)から受付開始~

ピアノに合わせて体を動かしたり、歌ったり、手遊びや絵本の読み聞かせなど、お友達と一緒に親子で楽しい時間を過ごしましょう。

毎週火曜日、川西文化会館(けやきホール)で開催します。平成26年5月13日(火)から始まります。

♪プレ・リズム(0歳~1歳) ...10:00~11:00 赤ちゃんのためのリズム

♪親子リズム(1歳~就学前) ...11:00~12:00 手遊び、リズム運動、絵本の読み聞かせ。

申し込み方法 ◆町内・町外にかかわらず、子育て支援センターの登録は必ずしてください。

- ◆子育て支援センター登録後に、リズム申込書と年会費600円(一家族)を添えて、子育て支援センターまたは親子リズムスタッフに申し込んでください。



子育て支援センター ☎0745-43-2575 相談 ☎0745-43-2774 (育児・しつけ・発達等)



第18回面塚さくらまつり

面塚公園にて開催します。皆さん是非お越しください！

日時 4月5日(土) 15時～20時
問い合わせ まちづくり推進課
☎0745(44)2213

役場・関係機関 電話番号帳



役場代表(総務課)	0745-44-2211
財 政 課	0745-44-2671
まちづくり推進課	0745-44-2213
税 務 課	0745-44-2642
住 民 生 活 課	0745-44-2611
環境整備事務所	0745-43-1766
保 険 年 金 課	0745-44-2621
健 康 福 祉 課	0745-44-2631
介 護 高 齢 室	0745-44-2635
保 健 セ ン タ ー	0745-43-1900
産 業 建 設 課	0745-44-2679
上 下 水 道 課	0745-43-0331
議 会 事 務 局	0745-44-2681
会 計 課	0745-44-2648
教 育 総 務 課	0745-44-2684
社 会 教 育 課 (文化会館)	0745-44-2214
図 書 館	0745-44-2212
西人権文化センター	0745-44-2080
東人権文化センター	0743-64-0650
いぶき子どもセンター	0745-43-0550
すばる子どもセンター	0743-64-1989
子育て支援センター	0745-43-2575
中央体育館	0745-44-1616

災害時要援護者名簿に登録の方へ 登録事項に変更があった場合は届出を

この名簿は、災害が起きたときに手助け(支援)が必要となる方の氏名や住所などの個人情報登録し、登録した個人情報や地域の支援機関となる自治会や自主防災組織に提供することにより、地域の中での助け合いを進めていくものです。

すでに登録をしている方は再登録の必要はありませんが、転居や同居者の追加などで、登録事項に変更がある場合は、役場健康福祉課で変更の届出をしてください。
問い合わせ 健康福祉課
☎0745(44)2631

成人式の記念写真について

1月13日に開催しました成人式の記念写真が仕上がっています。まだ受け取られていない新成人の皆様は平成26年9月末までに左記の場所に取りに来てください(代理の方でも結構です)。

場所 教育委員会事務局社会教育課
(川西文化会館内)
時間 8時30分～17時00分
問い合わせ 社会教育課
☎0745(44)2214

体育館からのお知らせ

●3月の町民開放日(中央体育館アリーナ)は、3月8日(土)です。
(対象者は川西町在住、在勤者)
問い合わせ 中央体育館
☎0745(44)1616

短 歌

ひとすじの 光をまとふ 紅梅に
つがひの目白が 蕾のぞきをり
仲 伸 瑩子

七草の 七つ揃はぬも よしとして
粥を炊き上ぐ やさしいいろに
片山真由美

年末に 心を込めた あん餅を
届けてくれし 三十年来の友
岸田 悦子

川西短歌会

<発達障害勉強会&学習相談会のご案内>

日 時：平成26年3月16日(日) 受付13時半～
(1) 14～15時
発達障害勉強会：発達障害の基礎理解と支援
(2) 15～16時
学習相談会：主に学習面のご相談等を受付

会 場：川西町文化会館2階サークル室 D
定 員：先着30名(事前申込制)
参 加 費：200円
申込方法：090-8532-9201か、seikatagakuusa@yahoo.co.jp へ、お名前とご連絡先をお知らせ下さい。岡田悦子(特別支援教育士)

川西文化会館 3月・4月の催し物 (イベントインフォメーション)

日/曜日	イベント名	施設	開演	入場方法	主催者
3月2日(日)	子どもフェスティバル2014	コスモスホール	13:30	無料	川西町青少年健全育成協議会
3月9日(日)	第9回バンドフェスティバル	コスモスホール	14:00	無料	川西文化会館
3月23日(日)	和太鼓コンサート	コスモスホール	14:00	無料	和太鼓風姿花伝
3月29日(土)	スマイルコンサート	コスモスホール	14:00	無料	式下中学吹奏楽部
4月6日(日)	ピアノ発表会	コスモスホール	10:00(予定)	無料	向井淳
4月12日(土)	ピアノ発表会	コスモスホール	12:00	無料	ススキメソッドピアノ教室
4月13日(日)	第20回藤本政都美会記念発表会	けやきホール	10:00	無料	藤本流三味線民謡教室

川西町将棋同好会より

第13回川西町将棋大会

日時 3月8日(土)、22日(土)
13時～17時

場所 川西文化会館2階かりんの間
参加対象 川西町在住・在勤の方で
年齢・性別不問 学生の方も大歓迎です。

実施要項 講師より講話、指導をいただき対局。対局はトーナメント方式で1位～3位を決定し表彰します。

申込先 吉岡秀夫
☎0745(44)2981

囲碁体験教室

囲碁は思考力が増し、また礼儀を重んじる競技として子どもの健全育成として取り組まれております。全くの初心者でも大歓迎！指導員さんに丁寧に教えていただけます。囲碁の楽しさを実感する良い機会です。是非ご参加ください。

日時 3月15日(土)

13時30分～16時

会場 川西文化会館しきの間

対象 幼稚園～中学生

その他 経験のあるなしは問いません。
申し込み方法 教育委員会の窓口、もしくは電話で申し込んでください。

申込期限 3月11日(火)まで
申込み・問い合わせ

こども会連合会事務局

☎0745(44)2214

春の火災予防運動

3月1日～7日

消すまでは 心の警報 ONのままを統一標語として全国一斉に、春の火災予防運動が実施されます。期間中、磯城消防署では、磯城婦人防災クラブ員と合同巡回広報を実施。また、自治会等への訓練指導を行い火災予防の啓発を図ります。

「住宅防火 いのちを守る」

7つのポイント

3つの習慣

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類及びカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
- ・お年寄りや身体の不自由な人を守る

るために、隣近所の協力体制をつくる。

問い合わせ 磯城消防署予防係

☎0744(33)2461

2014消防フェアin やまべ・新庁舎見学会

日時 3月23日(日) 10時～15時

場所 山辺広域行政事務組合消防本部・天理消防署庁舎(イオン・ザ・ビッグエクストラ天理北側) 駐車場は、会場北側グラウンド
内容 新庁舎見学、地震・はしご車搭乗・消火放水・ちびっこレスキュー体験等・ダンス披露等

問い合わせ

山辺広域行政事務組合消防本部
☎0743(62)9119

式下中学校吹奏楽部 スマイルコンサート

日時 3月29日(土)

13時30分開場 14時開演

場所 コスモスホール

みんなが笑顔になるコンサートです。(入場無料)

主な曲目 マゼランの未知なる大陸への挑戦・雨のち晴レルヤ・ディズニープリンセスメドレー他
問い合わせ 式下中学校 藤田
☎0745(44)0039

西人権文化センター 3月

一日講座

高齢化社会に向け、家族に頼るのではなく自分も家族の一員としてとにも目指し生きがいを感じてもらえるものの一環で、生活範囲を広げて、前向きに生きていただけるよう支援することが目的の講座です。

センターでは、一人でも多くの方々と出会うことをこのころから願っています。

■手作りテディベア

(全長28センチの作品)

〜大人がわい

『Vまでのぬいぐるみ』
テディベアをつくらう！



大人もほしくなる！美しい風合い、やさしく柔らかな手触りでふわふわの素材でつくりま

のオンラインワンをつくりませんか。敬老の日やお誕生日のお祝いに、母の日・結婚式・出産祝いに！ものが溢れた今こそだからこそ、是非手作りのものをプレゼントに、そして自分だけの一品に！

初めての方にも楽しんでもらえる内容となっています。みなさんのご参加お待ちしております。

・日時 3月24日(月) 13時〜17時

・場所 西人権文化センター

・ゲスト 佐藤 敬子さん

(クラフトハート・トーカイ)

・参加費 1,600円 (材料代)

・定員 15名 (先着順)

・持ち物 裁縫用具・ぬいぐるみ用針 (なければ結構です)

針 (なければ結構です)

・申し込み期間

3月5日(水)〜3月17日(月)

土・日のぞく

問い合わせ及び申し込み

西人権文化センター
☎0745(44)2080

国保中央病院だより

高齢者の転倒予防

リハビリテーション科 亀山 卓也

65歳以上の高齢者において、転倒の年間発生率は10〜20%であります。そのうちの約10%は骨折に至ると報告されています。転倒を経験された高齢者は、たとえ軽傷で済んでも心理面に強い影響を受け、引きこもって不活動の生活に陥り易く、様々な健康障害を招くことが知られています。

転倒の原因には、どんな要因があるでしょうか？例えば、脳卒中の後遺症などにより身体機能が低下してしまったり、薬を飲むことによつて少しぼんやりしていたり、加齢によつて足腰が弱くなつてしまつたりと、転倒の原因は様々です。

転倒を防ぐ為には、転倒しにくい体を作るだけではなく、床の状態や障害物などの自宅内の生活環境を整備することも大切です。皆さんの家の中はいかがでしょうか。絨毯の端がめくれている、床に必要以上に外光がはいり反射していたり、床に影が映っていたり水分が落ちていたり、動線に物が置いてあったりし

ていませんか。一番転びやすいのは1〜2cmの室内の段差なのです。

自宅内には転倒をもたらす危険がたくさん潜んでいます。高齢者の方自身が、そのことに気付いていない場合が多く、それが自宅での転倒事故の最も大きな原因となつています。長年住み慣れた自宅でも、歳をとれば転倒の危険をはらむようになってくるものです。自宅内で転倒しやすい環境がないか、障害物がないかをチェックし、できる範囲で整備しましょう。

転倒予防は、高齢者の健康的な生活を損なう骨折を予防することであり、単純に転倒回数を減らせばよいものではありません。転倒を予防し、骨折を予防し、要介護や寝たきりを予防することが第一の目標です。そして、その過程の中で培われた能力と自信と希望により、行きたいところに自分の力で移動して、やりたいこととやるべきことができるようになることが、その先にあるもっと大きな目標です。一人ひとりの高齢者の健康と幸福、そして自己実現のためにこそ、転倒予防を積極的に実践しましょう。

問い合わせ 国保中央病院

☎0744(32)8800



川西町マラソン2014

1月19日、第2回川西町マラソンが開催され、512名のランナーが参加しました。参加者の中には84歳の最高齢ランナーや、埼玉県や徳島県といった遠方からも参加されたランナーもおられました。ランナーたちは、沿道からのたくさんの声援を受け、マラソンを楽しみました。マラソン後には、結崎ネブカを使った料理がランナーたちに振る舞われました。



鬼はそと！福はうち！

2月3日、川西幼稚園で節分の豆まきが行われました。園児たちは、手作りのお面をつけて、「鬼はそと！福はうち！」と元気に豆まきし、体の中の病気鬼も、心の中の泣き虫鬼や弱虫鬼もしっかりと退治しました。



結崎ネブカを使った加工食品

1月29日、川西町商工会が町の特産品である「結崎ネブカ」の加工品の商品化に向けた披露会（試食会）を開催しました。披露会では、結崎ネブカを使った塩焼きそば、クリームパスタ、食べるラー油、冷凍食品などが実演調理されました。



子出来おんだ祭り

毎年2月11日に行われる「子出来おんだ祭り」は六県神社拝殿にて演じられる御田植祭です。7種類の田に関連する所作と妊婦の弁当運びと出産の所作を演じることから「子出来おんだ」と呼ばれます。拝殿には祭りの役員、所作を行う方々とともに子どもたちも上がり、祭りの中で重要な役割を担っているのも特徴です。



結崎ネブカが「金」！

2月8日、奈良県新公会堂前で第1回あったかもんグランプリが開催されました。県内市町村25団体が自慢の鍋料理を競い合った中、本町が出品した結崎ネブカと大和肉鶏を使った「結崎ネブカが大和肉鶏を背負（しょっ）てる鍋」が見事グランプリに輝きました。

FINE SMILE ☆



もりむら ひかり
森村 光ちゃん
元気でかわいい女の子
になってね (^.^)



こまい ひさと
駒井 悠人くん
音楽が大好きで、ノリノ
リでリズムをとって笑わせ
てくれます。元気いっぱい
の男の子になってね。



ほりうち だいすけ
堀内 大輔くん
家族みんなのアイドル
大輔くん。これからも元
気にすくすくと育ててね。

FINE SMILE ☆ 募集中!
申込は総務課まで
☎0745-44-2211



今月の表紙

写真は保田の子出来おんだ祭りの妊婦の弁当運びの場面です。この行事の始まりは平安時代といわれており、五穀豊穡と安産を祈願した祭りです。(P17にも記事あり)

編集後記

川西町マラソンが開催され、たくさんのランナーが楽しそうに川西町を駆け抜けました。毎日寒い日が続きますが、走ったり歩いたりすると、体がぽかぽかし、気持ちがすっきりします。寒い外に出るまでは自分の気持ちとの戦いですが、寒さに負けず、ランナーの皆さんを見習って日々体も心もシャキッと元気にいきたいと思います。

おいしくごはんを食べよう

～健康かわにし21～

あたたか汁物で「体ぽかぽか」効果!!
少しずつ春の訪れを感じる季節になりましたが、まだまだ寒い日が続きます。根菜類(大根、ごぼう、かぶ、れんこんなど)や葉野菜(白菜、ほうれん草など)には体を温めてくれる効果があり、ビタミンCも豊富で風邪予防に効果的です。
具だくさんの汁物にすると、具の栄養が汁に溶けこんで効果的に栄養がとれます。温かい汁で体も温まり、一石二鳥です。

野菜たっぷりカレースープ



1人分エネルギー …… 129 kcal

材料(4人分)

- 人参…………… 小1本
- 玉ねぎ…………… 1/2個
- 大根…………… 3cm程度
- ブロッコリー…………… 小1/2個
- ウインナー…………… 4本
- サラダ油…………… 大さじ1
- だし汁…………… 600cc
- カレー粉…………… 小さじ1
- ◆しょうゆ…………… 大さじ1
- ◆塩…………… 小さじ1/4
- ◆みりん…………… 大さじ1

作り方

- ① 人参、玉ねぎ、大根は1～2cm角に切る。
- ② ブロッコリーはひと口大の大きさに切る。
ウインナーは食べやすい大きさに切る。
- ③ 鍋に油を熱し、①の野菜を炒める。カレー粉をふりかけてさっと炒め、だし汁を加える。
沸騰したら、②を加えて野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ④ ◆の調味料で味付けをする。

人口/8,818人
男 4,263人
女 4,555人
世帯数/3,484世帯
(平成26年2月1日現在)