



今月の表紙：みいもでお茶席

新型コロナウイルス感染症について、
最新情報は三宅町公式ホームページへ

<https://www.town.miyake.lg.jp/>





冬の合間のあたたかなお昼のティータイム。大屋根の下で仲間同士、笑顔と会話がはずんでいました。(2/11)



晴れてあたたかなMiiMo広場で、楽しく遊んでいた2人にカメラを向けると決めポーズ!(2/1)



3階スマイルのお部屋で「親子で楽しむわいわい広場」が開催されました。最初は緊張していた子どもたちも、楽しいリズム遊びや大型絵本の読み聞かせで、すっかり笑顔になりました。(2/9)

MiiMo情報



●ホームページ
<https://www.miimo.jp>



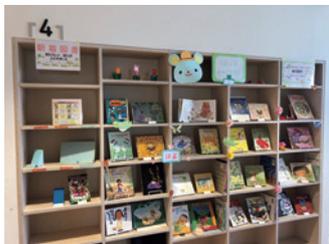
●Twitter
@MiimoMiyake



●Instagram
miimo_miyake



●facebook
@town.miyake.fukugo



「春の訪れ」をテーマにした図書企画棚。この春に入学する子どもたちの緊張がやわらぐ絵本が並んでいますよ。(2/27)



子ども会議企画で、すっかりおなじみの「みいも駄菓子屋」。この日、3月19日(4回目)の開催を決定しました。(2/18)



お昼時、ホールに優しい音色が響き、居合わせた来館者を釘付けに。大きな拍手が湧き上がりました。(2/22)

●第2回 みいもでひなまつり



たくさんの雛人形に囲まれて、記念写真を撮ったり、雅楽の生演奏を聴いたり、お茶席で一服したり、何より素敵な和服姿や家族連れなど、延べ100名を超える方々にご来場いただきました。(3/4)

MiiMo食堂カレンダー

2023 4月MiiMo食堂

※出店が変更になる場合があります。その際はTwitterやInstagramなどでお知らせします。時間は目安で売り切れ次第終了となります。

火曜日 11:00~15:30 みいもの こびとばん	水曜日 11:00~20:00 cafe*MOMO	木曜日 11:00~15:00 喫茶1475
金曜日 11:30~16:00 tois cafe	金曜日 17:00~20:00 はなさき	土曜日 11:00~16:00 みっちゃんの台所
日曜日 4/2 11:30~16:00 Tarmy*	日曜日 4/16 11:00~16:00 aririn food	日曜日 4/23 11:00~19:00 Kouzusha Cafe



■ 図書スタッフの推し本・発掘本

● 緑色のうさぎの話

道尾秀介 朝日出版社



うさぎ年の今年、こんなうさぎの絵本を見つけた!あの人気作家の道尾秀介さんが17歳の冬に書いた超レア本。緑色のうさぎはいじめられていつもひとりぼっち…でも、本当に怖いのは?最後のページに震える。(あ)

● マイ・プレゼント

青山美智子 PHP研究所



ブルーを基調とした柔らかな絵と感性豊かなエッセーに心が穏やかになりました。読むたびに刺さる言葉があり、大切にじっくりと読みたい本です。同じ作者の小説「赤と青のエスキース」とのリンクも楽しい。(さ)

● 葉桜の季節に君を想うということ

歌野晶牛 文春文庫



ある事件の犯人を捜す探偵物語なのですが...最後の大きなどんで返しに驚愕!必ず最初から読み直してしまいます。そして2度目は全然違う物語のように思えるトリック。絶対にみなさんも騙されると思います。(ち)

● たまごの旅人

近藤史恵 実業之日本社



海外旅行添乗員としてツアー客と関わり、仕事の楽しみを感じていたが、コロナ禍によって自分の居場所を見失いそうになってしまう。自分をごまかさず正直にすることで、相手の心も見えてくるのだな、と感じる1冊です。(ま)

■ 図書スタッフの推し本・発掘本

※ここに掲載している以外にも届いています。

- ・プランターで楽しむおうちで野菜づくり
オザキフラワーパーク(監) 池田書店
- ・小説 弱虫ペダル 8・9 渡辺 航、輔老 心 岩崎書店
- ・蹴れ、彦五郎 今村翔吾 祥伝社
- ・ねこねこ日本史 11・12 そにけんじ 実業之日本社
- ・いちばん親切な更年期の教科書
高尾美穂 世界文化社
- ・こころの葛藤はすべて私の味方だ。
チョン・ドオン ダイヤモンド社
- ・おいしいれのぼうけん 古田足日 童心社
- ・星をつなぐ手 村山早紀 PHP研究所
- ・あなたの人生、片づけます 垣谷美雨 双葉社
- ・アレにもコレにも!モノのなまえ事
杉村喜光 ポプラ社
- ・縁結びカツサンド 冬森 灯 ポプラ社
- ・おすしがふくをかいにきた 田中達也 白泉社
- ・ノラネコぐんだん うみのたび 工藤 ノリコ 白泉社
- ・ミッドナイト・ライブラリー
マット・ヘイグ ハーパー・コリンズ・ジャパン
- ・限りある時間の使い方
オリバー・バークマン かんき出版
- ・思い出が消えないうちに 川口 俊和 サンマーク出版
- ・東大生が日本を100人の島に例えたら 面白いほど経済がわかった! ムギタロー サンクチュアリ出版
- ・ハケンアニメ! 辻村深月 マガジンハウス
- ・おうさまがかえってくる100びょうまえ!
柏原佳世子 えほんの杜
- ・光のところにいてね 一穂 ミチ 文藝春秋
- ・クロコダイル・ティアーズ 栗井 脩介 文藝春秋

● 図書スタッフのつぶやき ●

4月です。いろいろ環境が変わる季節、私は新しい手帳を、4月から使い始めます。スマートフォンで予定の通知が届くのも便利ですが、楽しみな予定をキラキラ目立たせたり、気持ち上がるものを挟んでおいたり、忙しいな・・・と感じてもホッとできるアイテムに仕上げているのが楽しみです。

四姉妹・四女(ま)

問 政策推進課 (MiiMo) ☎0745-44-3082

■ 蔵書検索・利用案内



●蔵書検索

<http://www.lib-eye.net/town.miyake.lib/>



●みいも電子図書館

https://web.dlibrary.jp/miimo_lib/

●三宅町選挙管理委員会事務局からのお知らせ
4月は統一地方選挙が行われます

4月9日(日)は、
奈良県知事 及び
奈良県議会議員選挙の投票日

4月23日(日)は、
三宅町議会議員選挙の投票日

投票時間は 7時～20時まで

皆さん一人ひとりの「清き一票」で
明るい選挙にしましょう

●当日にお仕事やご旅行等で投票できない方は、
期日前投票ができます

- ・入場券のみお持ちいただければ投票できます。
- ・入場券が届いていない場合でも、三宅町の選挙人名簿に登録されていれば投票はできますので、その旨を申し出てください。

●期日前投票ができる期間

- ・奈良県知事選挙 3月24日(金)～4月8日(土)
- ・奈良県議会議員選挙 4月1日(土)～4月8日(土)
- ・三宅町議会議員選挙 4月19日(水)～4月22日(土)

▶時間 8時30分から20時まで

▶場所 三宅町役場3階 期日前投票所(第1会議室)

☎ 三宅町選挙管理委員会事務局

☎ 0745-44-2001



●第26回参議院議員通常選挙に係る総務大臣表彰を受賞

三宅町選挙管理委員会委員長・上松良有氏は、平成17年4月1日に三宅町選挙管理委員に就任され、現在まで長きにわたり公明正大な選挙の推進に尽力されており、選挙制度や啓発活動について多大なる貢献が評価され、受賞されました。

☎ 三宅町選挙管理委員会 ☎ 0745-44-2001



会える・外出できる
施設を実現

おかげさまで
1周年!

土日祝も
見学歓迎

体験入居
受付中

介護付有料老人ホーム
ベルライフ田原本

0120(24)4165

ベルライフ
田原本
田原本町宮森87-1

笠縫駅 74

奈良和自動車道

満田南 50

千代南

セブンイレブン
奈良県総合
リハビリテーション
センター

ジェイテクト
コムダ珈琲

快適な環境づくりを応援します

建物管理

だるま美装(株)

三宅町小柳415
☎(0745)43-0700(代)
✉ daruma-biso@star.ocn.ne.jp

建築物環境衛生管理技術者免状

防除作業監督者

空気環境測定実施者

危険物取扱者免状(乙種4類)

乙種ガス主任技術者免状

飲料水水質検査

特約店販売の許可資格 日用品雑貨

●学生は国民年金保険料の納付が猶予されます

国民年金の学生納付特例制度のご案内

20歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。そこで、学生ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

●対象となる方

学校教育法に規定する大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校及び各種学校（修業年限1年以上である課程）に在学する学生等で、ご本人の**前年所得が次の計算式で計算した金額以下である方**。

●所得の計算式

$$128 \text{ 万円} + (\text{扶養親族等の数} \times 38 \text{ 万円})$$

●学生納付特例の手続き

学生納付特例の承認期間は4月から翌年3月までとなります。次の年度も在学予定である場合、4月初旬に申請用紙が送られてきますので、引続き制度を利用される場合には、必要事項を記入の上返送してください。

☎ 桜井年金事務所 ☎ 0744-42-0033

三宅町役場保険医療課 ☎ 0745-44-3074



●ヒトパピローマウイルス (HPV) ワクチンの接種機会を逃した方へ

キャッチアップ接種のご案内

予防接種の積極的勧奨差し控えにより接種機会を逃した方は、従来の定期接種の対象年齢を超えて接種を行うことができます。(キャッチアップ接種)

●対象となる方

平成9年度生まれ～平成17年度生まれの女性で、過去にHPVワクチンの接種を合計3回受けていない方

※平成18、19年度生まれの方も、定期接種の対象年齢を超えても令和7年3月末まで接種できます。

●接種期間

令和7年3月末まで

●実施医療機関

健康カレンダーまたは、町ホームページをご参照ください。

※令和5年4月より、これまでの「2価」「4価」ワクチンに加えて、「9価」ワクチンが定期接種に位置づけられました。

接種を希望する方は、医療機関にご予約の上、健康子ども課に電話連絡をお願いします。予診票をお送りします。

☎ 健康子ども課 (あざさ苑内) ☎ 0745-43-3580

広告

医療法人 池田医院 **皮膚科**

診療時間 月 火 水 木 金 土
 皮膚科 9:00~12:00 ● ● ● ● (○)
*第一土曜のみあり

皮膚科

- アトピー性皮膚炎
- 皮膚そう痒症
- 爪白癬(水虫)
- 帯状疱疹 など

美容皮膚科

- シミ
- 肝斑
- 肌のザラつき
- シワ など

しみ取りレーザー
ケミカルピーリング
イオン導入

皮膚科往診いたします。
 やまもと ようこ 皮膚科専門医
 山本 容子 アレルギー専門医

〒636-0204 奈良県磯城郡川西町唐院 398-1
 ☎0745-44-1818 [ホームページ https://www.ikedai-i.com/](https://www.ikedai-i.com/)

医療法人 池田医院 内視鏡専門医による**胃カメラ・大腸カメラ**をしています

内科・小児科・消化器内科・腎臓内科

診療時間 月 火 水 木 金 土
 内科 午前 9:00~12:00 ● ● ● ● ● ●
 内科 午後 17:00~19:00 — ● — ● — ●
 腎臓内科 9:00~12:00 — — — ● — —

いけだ とみかず 池田 富一 **名誉院長** 呼吸器科医学博士
 いけだ だいすけ 池田 大輔 **院長** 内科認定医・消化器科専門医
 いけだ なつこ 池田 夏子 内視鏡専門医
 内科認定医・腎臓専門医
 透析専門医

内科・小児科

- かぜ
- 生活習慣病 (高血圧、高脂血症、糖尿病) など

消化器内科

- 胃の痛み
- げっぷ・胸やけ
- 吐き気や嘔吐
- 下痢・軟便 など

腎臓内科

- 慢性糸球体腎炎
- 急性腎不全
- ネフローゼ症候群
- 血尿・尿蛋白 など

胃カメラ

鼻からカメラを入れて薬に受けられます。胃がん検診対応できます。

大腸カメラ NEW
 便に血が混じる
 下痢、軟便、腹痛など
 大腸がん二次検査対応しています

〒636-0204 奈良県磯城郡川西町唐院 398-1
 ☎0745-44-1818 [ホームページ https://www.ikedai-i.com/](https://www.ikedai-i.com/)

●令和5年度からの体育館等の指定管理者について

令和4年秋に町内の体育館等の管理運営を行う指定管理者をそれぞれ募集し、応募のあった事業者について選定審査を行い、次のとおり指定管理者が決定しましたのでお知らせします。

対象施設	三宅町体育館、奈良県三宅健民運動場、三宅町中央公園及び運動施設（テニスコート）	東屏風体育館
指定管理者	株式会社サンアメニティ大阪	東屏風自治会
指定管理期間	令和5年4月1日～令和8年3月31日	令和5年4月1日～令和8年3月31日
施設外観		

※指定管理者制度とは、民間のノウハウを活用し住民サービスのさらなる向上と施設の利便性・快適性を高め、効率的な運営を目指すものです。
 問 教育委員会（文化ホール内） ☎ 0745-44-2210

●令和5年度

高齢者地域活動推進補助金申請説明会を開催します

高齢者の「閉じこもり防止・生きがいのための集いの場の拡充」などの活動をサポートするため、補助金を交付しています。

申請をお考えの団体は、事前に申し込みの上、説明会にご参加ください。

- ▶日時 4月25日（火）
13時30分～14時30分
- ▶場所 三宅町交流まちづくりセンターMi i Mo
1階 ホール
- ▶申込 4月20日（木）までに事前申込
※参加者は、1団体2名まで

- ▶対象 町内を活動拠点とし、町内で活動する次の団体
- ①自治会または老人クラブ
 - ②特定非営利活動法人（NPO法人）
 - ③5人以上の団体で、活動実績または事業計画のある団体
- ▶補助額 1団体につき上限10万円
※ただし、多数の応募があった場合は、減額となる場合があります。

問・申 住民福祉課 ☎ 0745-44-3073

定期往診、各種予防接種、特定健診、三宅町検診 実施中

医療法人
まつおかクリニック
みやけ分院 診療科 内科

〒636-0213
奈良県磯城郡三宅町伴堂
418-1-1
TEL 0745-43-0050
近鉄田原本線「黒田」駅より
徒歩約5分
回駐車場完備 16台分

受付時間	月	火	水	木	金	土	日
午前(診察9:00~) 9:00~11:30	○	○	○	○	○	○	休
夜診(診察17:00~) 17:00~19:00	○	○	休	休	○	休	休

診療体制は変更となる場合がありますので、院内のお知らせやホームページをご覧ください。
ホームページ <https://clinic-miyake.net/>



訪問看護ステーションまるまる

住み慣れた三宅での生活をサポート

訪問看護ステーション
まるまる

看護師・保健師・助産師在籍
自宅に訪問し、看護を行います。

訪問看護をご利用いただくには
主治医の指示書が必要となります。

まずはお気軽にご相談ください。住所：三宅町石見487-3

☎0745-43-5100



●固定資産税の縦覧制度

土地・家屋の価格などがご覧になれます



町内の土地及び家屋の価格などが記載された価格等縦覧帳簿をご覧いただけます。お越しの際には、運転免許証などの本人確認書類をご持参ください。

※固定資産税が課税されている方と、その方から委任を受けている方が対象となります。

- ▶期間 4月1日(土)～5月31日(水) 9時～17時 ※土、日、祝日を除く。
- ▶場所 三宅町役場 税務課
- ▶持ち物 本人確認書類 (運転免許証など)

問・申 税務課 ☎ 0745-44-3072

●ご理解よろしくお願ひします

救急現場にも消防車が駆けつけます



奈良県広域消防組合では、119番通報の内容により通信指令センターが判断して、救急隊の活動を支援する目的で救急車のほかに消防車(ポンプ車)を出動させる場合があります。

●どんなときに消防車がくるの？

消防車が来る場合とは、次の場合になります。

- ・救急現場付近の救急車が他に出場中で、救急車の到着が遅れることが予測される場合
- ・傷病者の生命身体に危険が及んでいる場合やその可能性が高い場合
- ・救急隊のみでは傷病者を救急車へ収容することが困難であると予測される場合
- ・傷病者または救急隊に危険が及ぶと予測される場合
- ・交通事故現場等で二次災害防止に努める必要があると考えられる場合
- ・その他、救急活動を支援する必要があると考えられる場合

●ひとりでも多くの人命を救命するために

前記の場合において、救急現場へ消防車が来ることがあり、「救急車を呼んだのに消防車まで来た」「火事でもないのに消防車が出動している」というように、消防車が出動することに対して驚かれることもあるかもしれませんが、ひとりでも多くの人命を救命するために実施していますので、ご理解よろしくお願ひします。

●病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったときは

病院に行ったほうがいいのか、救急車を呼んだほうがいいのか迷う際は、奈良県救急安心センター(#7119)に電話をかけて看護師などからアドバイスを受けることができます。

救急車の適正利用にご理解をよろしくお願ひいたします。

問 奈良県広域消防組合 磯城消防署

☎ 0744-33-2461

広告

中尾精肉店
☎0745-56-2501
三宅町上但馬187-5

HP Instagram

三宅町内 配達します！
但し、2,000円以上のお買い上げで
当日配達は13時迄にお願ひ致します。

奈良県公立高校入試改革が検討されています

体験授業4回分無料

理系女子兼歴女の塾長が
個人塾の強みを活かした
学習指導をお約束します

代表:岡本 幸子(おかもと さちこ)
三宅町但馬492-1 大和広陵高校グラウンド
東側・約150m

TEL&FAX:0745-60-0487 <http://www.eonet.ne.jp/~jukuishizue/>

三月の勝者へ
礎を築こう!!! **学習塾の礎**

困り事はありませんか？ 無料相談のご案内

●お気軽にご相談ください

人権相談・行政相談のお知らせ



相談は無料です。相談内容の秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

- ▶日時 4月20日(木) 午後1時～3時
- ▶場所 保健福祉施設 あざさ苑 2階 和室
- ▶担当 人権擁護委員・行政相談委員
- ▶申込 不要

- ▶内容
 - ・人権相談
人権擁護委員による人権問題に関する相談
 - ・行政相談
行政相談委員による国などの行政機関に対する苦情、要望・意見に関する相談

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

●「憲法週間」記念無料法律相談のご案内

奈良弁護士会では、下記の通り「憲法週間」記念行事として無料法律相談を実施します。

※相談は面談で、**事前予約が必要**です。

- ▶日時 5月10日(水)
午前 9時30分～12時
午後 13時～15時30分
- ▶場所 次の2カ所で開催します。

	奈良弁護士会館 (奈良市中筋町22-1)	経済会館 (大和高田市大中106-2)
相談時間	1人30分間 ※うち3分間を換気の時間とする場合があります。	1人30分間 ※うち3分間を換気の時間とする場合があります。
	先着20名	先着10名

- ▶予約受付 電話予約 先着順
- ▶受付期間 4月3日(月)～28日(金)まで
平日9時30分～17時
※相談当日の予約はできません。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況などにより、中止または変更する可能性があります。

☎・申 奈良弁護士会 ☎0742-22-2035

●令和5年度から年4回

無料法律相談所が開設されます

令和5年度から奈良弁護士会の中南和法律相談センターによる無料法律相談所が開設されます。

相談は**電話による事前予約制**で、お一人(組)あたり30分の範囲で、計6名(組)の方まで受付が可能です。ぜひご利用ください。

なお、無料法律相談は年4回(5月、8月、11月、2月)、原則として第4火曜日に実施しています。

- ▶日時 5月23日(火) 13時～16時
※1回の相談時間30分以内(面談相談)

- ▶場所 保健福祉施設 あざさ苑 1階 会議室
- ▶予約方法 電話予約 先着6名(組)
- ▶受付期間 5月9日(火)～22日(月)まで
平日9時30分～17時
※相談当日の予約はできません。

事前予約連絡先
奈良弁護士会 中南和法律相談センター係
0742-22-2035

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073



●環境衛生課からのお知らせ

狂犬病予防集合注射行います

☎ 環境衛生課

☎ 0745-44-3077

●飼い主は狂犬病予防注射の義務があります

狂犬病予防法では、生後91日以上の子犬は狂犬病予防注射を毎年1回接種しなければなりません。

狂犬病は、人畜共通感染症で、咬まれることで感染し、麻痺やけいれん等の症状がおこると命を失う危険性があり、海外では、毎年3万人～5万人が亡くなっています。狂犬病を防止するために狂犬病の予防接種を行ってください。



次の日程で狂犬病予防集合注射を行いますのでご利用ください。 ※登録されている方には、狂犬病予防集合注射の案内を通知します。

▶日程 5月12日(金)

- ・人権センター 10時～10時30分
 - ・交流まちづくりセンターMiiMo 11時～11時30分
 - ・石見公民館 13時～13時30分
 - ・東屏風体育館 13時45分～14時15分
- ※昨年と実施時間が変更となっていますので、ご注意ください。

▶料金 3,400円

(注射代2,850円+注射済票交付手数料550円)

▶注意事項

- ・首輪、リードは確実に安全なものをしてください。
- ・咬む恐れのある犬については、口輪をはめるなどの処置をしてください。
- ・町内で飼われている犬に限ります。

●犬の登録も義務づけられています

- ・犬の登録を済まされていない方は、会場で登録することができます。登録についても狂犬病予防法によって義務づけられています。
- ・登録手数料 3,000円

●犬の飼い方のマナーを守りましょう

人と犬がともに暮らすには、飼い主が責任をもって、ご近所の理解を得られるよう気配りすることが大切です。愛情をこめて世話をし、犬にとって一番の飼い主になってください。

《飼い主のマナー》

●ふん・尿の後始末をしましょう

散歩のとき、必ずふんは持ち帰り、尿は水で流すようにしてください。

●飼い犬にはリード(引き綱)をつけて散歩を

飼い犬にはリードをつけて、犬を制御できる人が散歩するようにしましょう。

●不妊手術をお勧めします

繁殖を望まない場合は、不妊手術を行うことをお勧めします。



●超音波式猫よけ器、貸し出しています

猫の被害でお困りの方に超音波式猫よけ器の貸し出しを行っています。

本器はあくまで試験的利用を目的とした貸し出しですので、長期借用や複数回の貸し出しは行いません。貸し出し状況によってはお待ちいただく場合があります。

※詳しくは環境衛生課まで問い合わせください。

●ごみ出しの時間にご注意を

いつもゴミ出しについて、みなさまにご協力いただき、スムーズな収集作業ができていたことに感謝いたします。改めてごみ出しの時間について確認いただき、決められた時間に収集場所へごみを出していただきますようお願いいたします。

当日 午前8時30分までに 収集場所へ

浄化槽の管理についてのお願い



保守点検、清掃、
法定検査が必要です。

磯城清掃組合

☎ 0742-61-5863
☎ 090-7754-6959

☎ 環境衛生課 ☎ 0745-44-3077

は、粗大ごみを処分する場合には、電話予約が必要です。

粗大ごみのリクエスト収集

☎ 環境衛生課へ予約の電話をします。

☎ 収集日時と予約番号をお伝えします。

処理券 粗大ごみ処理券を購入し、貼り付けます。

🚗 収集日に訪問して収集します。

☎ 0745-44-3077

三宅町生涯学習推進講座
 屯屯大学校 開講式公演



鈴木 啓資 ピアノコンサート

入場
 無料

【鈴木 啓資 プロフィール】
 ハンガリー国立リスト・フェレンツ音楽大学ピアノ科修士課程
 首席修了。東京音楽大学大学院音楽研究科音楽専攻博士後期課
 程修了。ドホナーニ研究で博士号（音楽）取得。
 クララ・シューマン国際コンクール室内楽プロフェッショナル
 部門第2位(2021年)、リスト協会国際ピアノコンクール優勝
 (2017年)等数々の受賞歴を誇る。
 ドホナーニを中心としたハンガリーの音楽、ピアノ教育につ
 いて研究する他、ソロ、室内楽等で幅広い演奏活動を行う。また、
 ピアノ協奏曲の指揮者とソリストを兼任する弾き振りをはじめ、
 指揮活動も行っている。
 現在、奈良教育大学音楽教育講座、准教授。

- ▶日時 4月29日(土)
 13時30分～14時30分 ※開場13時～
- ▶場所 三宅町文化ホール
- ▶対象 三宅町在住・在勤者
- ▶演奏曲 ショパン：ポロネーズ第6番Op.53、シ
 ュトラウス/ドホナーニ編：喜歌劇《こ
 うもり》より〈親しき仲〉他

- ▶申込 4月21日(金)まで
 窓口、もしくはお電話にて下記までお申
 し込みください。
 ※土日・祝日を除く8時30分～17時

問・申 教育総務課（文化ホール内）
 ☎0745-44-2210

令和5年度 三宅町障害者生け花教室受講生を募集します



- ▶対象 三宅町在住の障害者手帳を持っている方
- ▶回数 年間10回(5月～令和6年3月)※送迎あり
- ▶受講料 1,000円(申込時にいただきます)
 ※教室開講後、納付いただいた受講料は返
 金致しませんのでご了承ください。
 ※教室の道具・花代・コピー代などの消耗
 品は自己負担となります。

- ▶定員 10名
 ※定員を超えた場合は後日抽選します。
 抽選結果は4月14日までに連絡します。
 ※申込みが4名以下の場合、開講しません。
- ▶申込期間 4月3日(月)～4月10日(月)
 8時30分～17時 ※土日祝除く
- ▶申込方法 三宅町社会福祉協議会までお越しください。
 ※申込時に受講料の納付が必要です。

曜日	時間	定員	受講料	回数
第3水曜日	9時30分～11時30分	10名	1,000円	10回

※気象警報及び新型コロナウイルス感染拡大防止の為、延期・変更・中止となる場合があります。

問・申 三宅町社会福祉協議会(あざさ苑内) ☎0745-43-2078 (担当:渡邊・岡井)

タクシーのご用命は

三宅交通

奈良県磯城郡三宅町屏風73番地
 フリーダイヤル 0120-4567-12
 ☎0745-44-4000

乗務員
 募集中

葬儀一式・寝台車

はなきち 花吉葬祭

三宅町伴堂551 ☎44-0232 FAX 44-1379

光ホール 三宅町屏風103-1
 ☎42-1027 FAX 42-1028

2023年 みやけチャレンジゴルフ 春季フレンドシップカップ 参加者募集!

参加
無料



チャレンジゴルフは、グラウンドゴルフ・ゲートボールなどの要素を盛り込んだ、三宅町オリジナル競技です。初めての方も楽しめます!運を味方につければ上位も狙えます!体を動かす機会として、お子様も一緒にご家族で、またはご友人と気軽にご参加ください。

▶日 時 **5月20日**(土) 9時30分~12時
※受付9時~

- ▶場 所 三宅健民運動場
- ▶定 員 40名(先着順)
- ▶対 象 どなたでも(年齢制限なし)
- ▶申込期間 4月3日(月)~5月12日(金)
※土日祝を除く
- ▶申込方法 教育委員会事務局窓口または電話・メールにて(氏名・ふりがな・生年月日・年齢・性別・住所・電話番号・クラブの有無)
- ▶持ち物 動きやすい服装、タオル、マスク、飲み物、帽子、グラウンドゴルフ用クラブ(お持ちでない方は貸出します)
- ▶主 催 三宅町スポーツ推進委員
三宅町教育委員会

☎ 教育委員会事務局(文化ホール内)
☎ 0745-44-2210
✉ shakai@town.miyake.lg.jp



＼スポーツ始めてみませんか!／ 三宅町ゲートボールクラブ参加者募集!



高齢者のスポーツの代表とも言えるゲートボールですが、実は年齢や性別、障がいの有無に関わらず多くの方が楽しむことができる「ユニバーサルスポーツ」として位置づけられています。

年齢・性別のハンディなく、ゲートボールは、子供から高齢者まで一緒にチームでプレイが楽しめます。皆様、一緒にゲートボールを楽しく始めませんか。興味のある方、ぜひお気軽にお問い合わせください。

- ※三宅町老人クラブ連合会賛同のスポーツです。
- ▶日 時 毎週火曜日・土曜日 9時~11時
- ▶場 所 三宅町健民グランド ゲートボール場
- ▶対 象 町内在住の方。年齢、男女は問いません。

☎ 三宅町ゲートボールクラブ
代表: 乾田 治 ☎090-9054-0232

三宅町文化協会 脳トレ英語教室 受講生募集

三宅町文化協会では、中国語教室に続き、英語教室を開講いたします。頭のリフレッシュを兼ねて気楽に英語の勉強をしたいと思っている方、どなたでも大歓迎!英語のレベルは問いません。

- ▶対 象 大人(シニア世代など年齢問わず)
- ▶内 容 アットホームで楽しい雰囲気の中、最初は短い英文から読み解き、英語に親しんでいただきます
- ▶教 材 プリントを配布(受講生に合わせた内容)

- ▶開 催 日 毎月第2・第4金曜日
午前10時~11時30分(予定)
- ▶期 間 令和5年5月~令和6年3月
- ▶受 講 費 2,000円(月額) [別途教材費]
- ▶開講要件 受講者3名以上
- ▶講 師 田林宏章氏(天理大学国際学部非常勤講師)

☎ 文化協会代表 橋本幹夫 ☎0745-60-4820
または 教育総務課(文化ホール内) ☎0745-44-2210



＼三宅町体育館でスポーツを始めませんか／
三宅町体育館のスポーツ教室 参加者募集！



● 三宅町体育館 会議室 実施

	教室名	対象	開催日	開催時間	募集人数	参加費 (1回につき)	講師
1	健康ボディ体操	年齢に関係なく誰でも	第1・第3月曜日を基本に月2回	10:00～11:00	追加募集5名ずつ程度	各教室500円	田中清美
2	癒しのヨガ		第2・第4火曜日を基本に月2回	19:00～20:00			
3	肩こり腰痛予防解消教室	三宅町在住・在勤で16歳以上の方	第1・第3土曜日を基本に月2回	9:30～10:20	追加募集3名程度		玉木尚子
4	健康ヨガ		10:30～11:20				

● 三宅町中央公園 テニスコート 実施

	教室名	対象	開催日	開催時間	募集人数	参加費 (1回につき)	講師
5	テニス個人レッスン	三宅町在住・在勤の方	毎週木曜日	14:00～14:50	1～2名	1人で受講2,000円 2人で受講3,500円 (1人1,750円)	井須浩嘉
6	木曜クラブ(テニス)	三宅町在住・在勤の方でダブルスゲームができるレベルの方		15:20～16:50	定員6名(登録制)	1～3名で受講：1名2,000円 4～5名で受講：1名1,500円 6名で受講：1名1,000円	

※各教室共通：初回受講日に今年度分(1年分)のスポーツ保険料として500円を別途徴収いたします。

● 各教室の内容

1.健康ボディ体操教室

椅子を使っの全身運動や、小さいボールをつかって体の歪みを直し、姿勢を良い状態に整える体操です。また年齢に関係なく誰にでもできる体操で、肩こりで悩んでおられる方、腰痛の方、ストレスの多い方はこれらの解消の為の運動になります。

2.癒しのヨガ教室

心と身体のバランスを整え自然治癒力を高めるヨガ教室です。

3.肩こり腰痛予防解消教室

身体の血流を良くしたのち、体操やストレッチで筋肉をほぐして肩こり及び腰痛の解消・予防を図ります。

4.健康ヨガ教室

上半身を中心に肩こり解消に特化したヨガ教室です。

5.テニス個人レッスン

参加者の要望に合わせたテニスレッスンを行います。

6.木曜クラブ(テニス)

ダブルスゲームができる方を対象に、レベルアップを目指します。

申込期間・方法

4月1日(土)午前9時から三宅町体育館窓口および電話で随時受付(休館日を除く)

但し、テニス個人レッスンは1か月先までの期間を受付

持ち物

運動のできる服装、スポーツタオル、飲みもの、体育館会議室の場合は上履き

☎ 三宅町体育館 ☎0745-44-1777

※毎週水曜日休館

4月 「あざさ苑」からのお知らせ

浴 お風呂のご案内 浴
営業時間：11時～21時(受付20時30分まで) ※次の時間帯は、換気・消毒をするため利用できません。 ①15時15分～15時45分 ②17時30分～18時 休業日：3日・10日・17日・18日・24日

☎ 三宅町社会福祉協議会 ☎0745-43-2078

マイナンバーカード 休日・夜間窓口のお知らせ

手続き	日	時
申請	4月9日(日)	9時～12時30分
受取り	4月9日(日)	9時～13時00分
	4月26日(水)	17時15分～19時

※休日・夜間窓口で手続きをされる方は、事前の予約が必要ですので、住民福祉課へお電話ください。

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

明日香養護学校 教育相談・学校見学会・第1回体験学習のご案内

●教育相談

- 日時** 事前にお電話でお申し込みください。
相談日はご希望により調整させていただきます。
(土・日・祝日は除く)
- 内容** ・肢体不自由を有する幼児児童生徒の就学や在宅訪問教育について、及び病弱教育対象の生徒の進学に関する相談について
・学校生活上の指導・支援について

●学校見学会

- 日時** 5月の末～6月上旬に日を設定して行います。
(詳細は決まり次第HPに掲載します)
- 内容** 本校(病弱教育部門・肢体不自由教育部門)の概要説明、また児童生徒が授業を受けている様子を見学していただきます。

●第1回体験学習

	肢体不自由教育部門	病弱教育部門
対象	肢体不自由を有する年長児、小学6年生、中学3年生とその保護者、担任	病弱教育対象の中学3年生とその保護者、担任
日時	小学部 6月14日(水) 中学部 6月21日(水) 高等部 6月28日(水)	高等部 6月28日(水)
いずれも13時20分～16時		

- ・学校の概要・詳細については、本校ホームページをご覧ください(「明日香養護学校」で検索)。
- ・尚、新型コロナウイルス感染症の感染状況によっては、実施方法や開催日を変更する場合がございます。ご理解ご協力をお願いいたします。

問・申 奈良県立明日香養護学校(高市郡明日香村川原410) ☎0744-54-3380(担当 教育支援部:辻)

自衛官等採用種目のご案内

幹部候補生

陸・海・空の幹部自衛官となる者を養成する制度。一定期間の教育を受けた後、幹部自衛官となります。

資格 一般(大卒程度試験)

22歳以上26歳未満(20歳以上22歳未満は大卒〈見込含む〉、修士課程修了者等〈見込含む〉は28歳未満)

一般(院卒者試験)

修士課程修了者等(見込含む)で、20歳以上28歳未満

受付 第1回 3/1(水)～4/14(金)
※音楽要員を除く

第2回 3/1(水)～6/15(木)
※飛行要員を除く

試験日 一次試験

第1回 4/22(土)・23(日)
※4/23は海・空飛行要員のみ
第2回 6/24(土)

※歯科・薬剤科候補生についてはお問合せください。

一般曹候補生

部隊の中核である曹を養成するコース。陸・海・空の各部隊で経験を積み、入隊後、2年9カ月以降、選考により曹へと昇任します。

資格 18歳以上33歳未満

受付 第1回 3/1(水)～5/9(火)
第2回 7/1(土)～9/5(火)

試験日 一次試験

第1回 5/19(金)～28(日)※
第2回 9/15(金)～24(日)※
※いずれか1日を指定します。

自衛官候補生

陸は2年、海・空は3年の任期制隊員コース。入隊して約3カ月間は自衛官候補生として経験を積み、その後、2等陸・海・空士に任命されます。曹への試験に合格すれば定年まで雇用されます。また、様々なキャリアを描くことが可能です。

資格 18歳以上33歳未満

受付 年間を通じて行っております。

試験日 受付後に指定します。

問・申

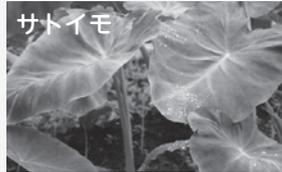


自衛隊奈良地方協力本部 橿原地域事務所
☎0744-29-9060
HP:<http://www.mod.go.jp/pco/nara/>

金ゴマ・サトイモのつくりかた講習会を開催します



金ゴマ



サトイモ

特にゴマの中でも香り高く濃厚な味わいが特徴の金ゴマは、99.9%が輸入であり、国産は希少価値が高く貴重な存在です。この機会に栽培にチャレンジしてみませんか。

講習会参加者でご希望の方には金ゴマの種子、サトイモの種イモを配布します。講習会後も希望に応じて種まき(植付)から収穫まで丁寧に指導します。

初心者の方や家庭菜園等で少しでもという方も気軽にお申込みください。少しでも農業に興味のある方のご参加お待ちしております。

問・申 三宅町特産品振興協議会事務局(産業振興課内) ☎ 0745-44-3071 FAX 0745-43-0922
 ☒ sangyou@town.miyake.lg.jp

三宅町農業振興指導員が金ゴマ・サトイモの栽培方法をわかりやすく説明します!



講師

- ▶日時 4月21日(金) 14時~15時30分
(受付13時30分~)
- ▶場所 三宅町交流まちづくりセンターMiiMo 1階 ホール
- ▶定員 50名
- ▶申込期間 4月3日(月)~4月18日(火)
8時30分~17時 ※土日祝除く
- ▶申込方法 産業振興課窓口、電話、FAX、メールにて。
※申込は先着順で定員に達し次第、終了します。

三宅小学校でお手伝いしませんか?!

学校支援ボランティアバンク登録者を募集します!

子どもたちのために、あなたの知識や技術をお貸しください! 三宅町では子どもたちの教育活動支援をしていただけるボランティアを募集しています。

- ▶活動内容 授業のお手伝い(家庭科・プール監視など)、図書整理、読み聞かせ、登下校の見守りなど
- ▶活動場所 三宅小学校内など
- ▶対象 町内在住の方であればどなたでも可
- ▶申込期間 4月3日(月)~28日(金) ※土日祝除く

- ▶申込先 下記の窓口または電話にてお申込みください。
- ▶その他
 - ・人数・日程などの都合で希望に添えない場合もあります。
 - ・団体・個人は問いません。
 - ・ボランティア保険には加入しますが、活動に対する報償はございません。

問・申 教育委員会事務局(文化ホール内)
 ☎0745-44-2210

奈良県労働委員会委員による労働相談会を毎月実施します!

経験豊富な奈良県労働委員会委員が、公正・中立な立場で、解雇や賃金問題、パワハラなど労働に関するトラブルの相談(募集や採用の相談は除く)に応じます。

●相談例

- ・突然解雇された
- ・給料や残業代が支払われなかった
- ・労働条件の不利益変更を受けた
- ・パワハラ・セクハラを受けた
- ・配転命令を出したが拒否された
- ・社員から高額な退職金を要求された など

- ▶日時 原則として毎月第2木曜日 15時~16時
*4月は13日(木)に実施します。
5月以降の開催日程は3月中旬頃に公表予定です。
- ▶場所 奈良県奈良総合庁舎2階会議室
(奈良市法蓮町757)
- ▶費用 無料
- ▶申込み 前日の14時までに要予約

問・申 奈良県労働委員会事務局
 ☎ 0742-20-4431 FAX 0742-23-3530
 HP <http://www.pref.nara.jp/1704.htm>

今(2月10日現在)もまだ新型コロナウイルス感染症、インフルエンザウイルス感染症などが蔓延し、その対策、治療に目が行きがちですが、今年もまた(スギ)花粉症の季節になりました。

日本気象協会によりますと、2023年春の花粉飛散開始は例年並の2月上旬からの見込みだそうです。ただ、飛散量は前年夏～冬にかけての天候が花芽の成長に好条件だったことや、昨春の飛散量が全国的に少なかったこともあり、2022年春と比べて2倍以上の飛散が予想される地域も多いそうで、万全な花粉対策が必要だそうです。

すでにご承知の方も多いかもしれませんが、主に使われる薬剤である抗アレルギー薬の内服などは速効性に欠けるため、花粉の飛散時期が始まる半月くらいからの早めの服用で最盛期の症状が緩和されます。

毎年症状がある方は、つい話題の感染症に気を取られて忘れてしまいそうになりますが、早めに医療機関

を受診され、治療薬をご相談いただければと思います。

ちなみに花粉症といえば春のスギ花粉症が有名ですが、他にもスギの時期の後にヒノキ、秋頃まではイネ科、秋はブタクサなど通年あることもお忘れなきよう(花が咲いていない季節がないということは、なんらかの花粉症はずっとあるということです)。

問 奈良県医師会

☎0744-22-8502



国保中央病院より

潰瘍性大腸炎について

外科部長 尾原伸作

潰瘍性大腸炎は、国の指定難病のひとつです。欧米に多い病気ですが、日本でも患者数が近年急速に増えています。現在、日本の潰瘍性大腸炎の患者数は約22万人といわれており、珍しい病気ではありません。発症年齢は20代を中心にして、小児から高齢者まで幅広い年齢層にみられます。

潰瘍性大腸炎は、大腸の粘膜に慢性的な炎症が起き、びらん(表面の浅い傷)や潰瘍(深くえぐれた傷)ができる病気です。潰瘍性大腸炎による炎症は、肛門近くの直腸から始まり、奥の大腸へ順に広がっていくという特徴があります。

この病気の原因はまだ明らかになっていませんが、生まれつきの体質(遺伝的要因)に、食事、生活習慣などの環境要因が影響しているのではないかと考えられています。

大腸で炎症が生じる結果として、下痢、血便、粘液便、腹痛などの症状がみられます。潰瘍性大腸炎が疑われるときには、便検査、血液検査、大腸内視鏡検査などを行い、総合的に診断します。

潰瘍性大腸炎であると診断された際には、病状に応じた治療が必要となります。この病気は、炎症が強く症状が悪い「活動期」と、症状がほぼ認められない「寛解期」を繰り返します。治療の目標は、早くに寛解期へ持ち込み、それを悪化させずに長期間維持することです。

現在、潰瘍性大腸炎の治療には、病状に応じた様々な薬剤が使用されています。以前に比較すると、より多くの患者さんが寛解となり、長期間に渡り、日常生活をほぼ無症状で過ごすことができています。

粘液便、下痢、血便、腹痛などの症状がある場合には、病院での診察、検査を受けていただくことをお勧めします。

問 国保中央病院

☎0744-32-8800



【広報みやげ3月号 お詫びと訂正】 3月号20ページ「令和5年奈良県消防協会磯城支部消防出初式」記事に誤りと記載漏れがありましたので次のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

(誤) 植田 信子 → (正) 植村 信子

(記載漏れ) ▶奈良県消防協会磯城支部長表彰 ・第2分団 団員 松尾 一友

問 総務課 ☎0745-44-2001



窓口の受付時間変更 / 道路交通法の一部を改正する法律の施行 について

窓口の受付時間が変わります

奈良県下の各警察署(分庁舎を含む)と高速道路交通警察隊における一部業務の受付時間を下記のとおり変更します。

・**変更年月日** 令和5年2月1日(水)～

・**変更後の受付時間**

午前の受付 8時30分～12時

午後の受付 13時～16時

※1 月曜日～金曜日(祝日、12月29日～翌年1月3日までを除く)

※2 12時～13時までは受付していません。

・**対象となる主な業務**

- 1 運転免許の更新、記載内容の変更、再交付
- 2 自動車保管場所証明申請、道路使用許可申請、駐車・通行許可申請
- 3 安全運転管理者の選任等に関する届出、自動車運転代行業の申請
- 4 風俗・古物・質屋営業、警備・探偵業及び銃砲刀剣類の許可等に関する申請・届出

上記以外にも対象となる業務があります。詳しくは、県警ホームページでご確認願います。

道路交通法の一部を改正する法律の施行について

昨年4月27日に交付された道路交通法の一部を改正する法律については、令和5年4月1日から施行されることとなりました。

この法律の中でも、「自転車に乗車する者に対する乗車用ヘルメットの着用に係る努力義務に関する規定の整備」についてお知らせします。

●自転車の運転者は、乗車用ヘルメットをかぶるよう努めるとともに、他人を当該自転車に乗車させる時は、当該他人に乗車用ヘルメットをかぶらせるよう努めなければなりません。

改正のポイント

施行前 6歳未満の幼児、
6歳以上13歳未満の児童
65歳以上の高齢者(奈良県自転車条例)



施行後 **全年齢**

☎天理警察署 ☎0743-62-0110

天理警察署田原本警察庁舎 ☎0744-33-0110

●副業や情報商材といったお金儲け…

借金だけが残ってしまう?! お金儲けの契約に注意

消費生活相談

《事例》ネットで副業を探していたら、A社の広告ができたので連絡を取り説明を受けることにした。

電話で説明を受け2千円ほどの入門ガイドの契約が必要だと言われたのでその場で契約し、送られてきたURLを開き、詳しい説明を受けた。「アフィリエイトをすればお金を儲けることができる。私たちが儲けるためのノウハウ等を教えてサポートをするので、すぐに儲かるようになる。」と説明され、165万円で56日間サポートが受けられるコースを契約した。

165万円は消費者金融を案内され、事業者からの指示を受けて借入した。「このコースなら220万円ぐらいは儲かるから、消費者金融で借りてもすぐに返せる」と説明されていたが、ほとんど儲からない。

●借金をさせて契約させる手口はきっぱり断りましょう

副業や情報商材といったお金儲けの勧誘では「お金がない」と断ろうとしても、消費者金融で借り入れさせたり、クレジットで支払わせたりするパターンが多くみられます。「すぐもうかるから大丈夫」という説明をされても、もうかる保証はありません。

借金だけが残ってしまうと何年間も消費者金融へ返済が続きます。自己破産が必要になってくる場合もあります。

また、こうした事業者は連絡がつかなくなってしまうケースも多く見られます。解約や返金を求めようとしても、メールの返信がない、電話がつかないとなると交渉ができません。



消費生活相談窓口 (三宅町との広域連携事業)		【毎週火曜日 10時～15時】
4月4日(火) 18日(火)	川西町役場2階 図書室	消費生活(売買や賃貸借などの契約に関する ことなど)について。 川西町住民保険課 ☎0745-44-2611
4月11日(火) 25日(火)	三宅町役場3階 第2会議室	※相談員は国から認定された消費生活相談員 (川西町と三宅町共に同じ相談員が対応)。 三宅町産業振興課 ☎0745-44-3071 ※相談専用 ☎0745-43-3588

大和まほろば圏域ニュース

面塚 「観世流能楽発祥の地」

奈良盆地を流れる寺川のほとりに「面塚」の石碑と「観世発祥之地」と刻まれた石碑が建っています。観世流創始者の観阿弥とゆかりがあり、翁面とネギが天から降ってきたとされる伝説の地です。春になると桜が見事に咲き乱れ、町民団体によるさくら祭り等のイベントやライトアップが行われます。

観世流能楽発祥の地

観世の発祥は、観阿弥三郎清次が、大和の国の山田猿楽（現在の桜井市山田）から、大和猿楽四座の一つ「結崎座」に加わり、一般大衆の芸を優雅で洗練された芸能に変化させ、座名も「結崎座」から「観世座」となりました。その後、観阿弥は結崎を拠点とし、世阿弥の出生とともに、室町將軍の庇護のもと、不拔の基礎を

●場所 川西町役場から南へ徒歩3分

築き、特に世阿弥が天才的な芸風を持ち、三代將軍義満の寵愛を受けました。観世座は観阿弥、世阿弥親子二代の出現によって能楽完成に偉大な功績を残し、現在の繁栄につながっているといえます。



☎ 川西町役場総合政策課 ☎0745-44-2213

インターネット

— 人権コラム —

てんいち先生

インターネットは情報の収集や発信、コミュニケーションの手段として、私たちの生活を飛躍的に便利なものにしています。しかし、その一方で、SNSでの個人を対象とした誹謗・中傷、差別的な表現の書き込み、個人情報の掲載などによるプライバシーの侵害など、インターネット上での人権を軽視した行為が大きな問題となっています。

ネット上では、名前や顔を知られずに情報を発信することができるため、現実の世界よりも人権を軽視した行為をしやすいと言えます。その上、情報は一瞬にして大勢の人に伝わってしまい、一度公開された情報は完全に消すことはできません。

また、小学生・中学生等のインターネット利用が年々増加しており、子どもたちがトラブルに巻き込まれる事案も発生しています。ネット上にあげた動画から住所や名前を特定され、誘い

出されるという事案もありました。

SNSなどの利用に当たっては、常に書き込みの相手や読み手に配慮することが大切です。また、個人情報の書き込みにも注意が必要です。

ルールやマナーを守って、加害者にも被害者にもならないようにしましょう。

※SNS=ソーシャルネットワーキングサービスの略称。ツイッターやインスタグラム、フェイスブックなど。

☎ 教育総務課 ☎0745-44-2210



2月12日

第43回三宅町マラソン大会を開催しました



2月12日(日)、3年ぶりとなる三宅町マラソン大会が開催されました。雨の予報で心配されましたが当日は暖かい晴天に恵まれ、絶好のマラソン日和となりました。

当日は、2歳から80歳まで、町内外より335名のランナーが、笑顔あり懸命の表情ありで三宅町のコースを駆け抜けました。

参加者からは「久しぶりにマラソン大会で走れて楽しかった」という声がたくさん寄せられました。

今大会に参加いただきました皆様におかれましては誠にありがとうございました。来年もご参加のほど、よろしくお祈りします。

また、大会運営のため早朝より会場内や走路にて多くのボランティアの方にご協力いただきましたこと、ならびに近隣にお住まいの皆様のご理解のもと大会が開催できましたことに心より御礼申し上げます。

☎ 教育総務課 (文化ホール内) ☎0745-44-2210



2月7～28日

生涯スポーツ教室「ピラティス教室」を開催しました



インストラクターの村上陽子さんを講師に招き、文化ホールにてピラティス教室を開催しました。

4日間延べ74名の方にご参加いただき、ヨガとは違った呼吸法と動作でしっかりとインナーマッスルを鍛え、姿勢の改善などに繋がることができました。

参加者からは「体の普段動かさないところを鍛えることができました」という声が寄せられました。

☎ 教育総務課 (文化ホール内) ☎0745-44-2210

子育てひろば

＼インスタフォローしてね♪ /



スマイル
Instagram

子育てに関する情報をお届けします。



子育て掲示板

問・申 健康子ども課 (あざさ苑内) ☎0745-43-3580

ふくろうらんど

産前産後の身体の変化 ～ママの身体を大切にしよう～

産前産後の身体の変化で気になっていることはありませんか？

- ▶日時 4月6日(木) 10時～11時30分 (受付：9時30分～)
- ▶対象 妊娠中のママ～生後1歳頃までのお子さんと保護者
- ▶持ち物 母子健康手帳・バスタオル

*参加申し込みは4/5(水) 17時まで。(先着10組程度)

スキップランド

親子で体を動かそう！

- ▶日時 4月20日(木) 10時～11時30分 (受付：9時30分～)
- ▶対象 1歳すぎ～幼児園就園前のお子さんと保護者
- ▶持ち物 母子健康手帳

*参加申し込みは4/19(水) 17時まで。(先着10組程度)



個別の身体計測や子育て相談は、随時対応していますので、気軽に健康子ども課や保健師までお電話ください！

健診・相談

対象	日程	受付時間
9～11か月児健診 (誕生日：R4.4.11～R4.7.4)	4/4 (火)	13時30分～14時20分 (複数に分けて)

- ・大切な健診なので、必ず受けましょう。
- ・詳細は個別に郵送している通知をご確認ください
- ・最近転入されて通知が届かない方はご連絡ください。
- ・参加のみなさまは感染防止対策にご協力ください。

みやけ
子育てサイト



電子母子手帳アプリ「みやけっこ」
子どもの成長記録や予防接種スケジュール管理に活用しましょう。



新型コロナウイルス感染対策のお願い

健診・相談などに来られる際には、
自宅で必ず、**検温・体調確認**をしてください。

三宅町子ども家庭総合相談窓口

三宅町子ども家庭総合相談窓口 (代表電話)	親と子のほけん室 (保健師)	子育て家庭のお悩み相談室 (公認心理師・社会福祉士)
0745-43-3580	090-9726-0568	080-5724-6212
相談受付時間：平日8時30分～17時15分		

保健師・公認心理師・社会福祉士

の専門職が連携し、出産前後の母と子へのサポートや、育児やしつけなどの子育て相談、発達や子どもの困った行動などの相談、ひとり親家庭相談など様々な子育てに関する相談をお受けしています。
お気軽にご相談してください。

子育て世代包括支援センター スマイル



スマイル広場

<合同> ぶどう組 2～5歳児の 在宅児とその保護者	4/19 (水)	室内遊び (初めまして)
	いちご組 満6か月になった 在宅児とその保護者	4/26 (水)
時間：10時～12時 ※要予約		

スマイルパーク

4/21 (金) 10時～11時30分 (4/21以降は毎週金曜日)	三宅幼稚園の園庭の遊具や砂場 で遊びます ※要予約
---	------------------------------

4/15(土) スマイルDay

<利用時間> 午前9時半～12時
<利用者> 町内在住の2歳児以下(就園児含む)
 とその家族
 ※スマイルの部屋を自由開放しています。

スマイルDay

スマイルの部屋を自由に開放しています。おうちの方と一緒に遊びに来ませんか。

毎週火曜日 10時～16時
毎週水、木、金曜日 13時～16時
 (土・日・祝日を除きます)

子育てフリーRoom

さまざまなグループ・サークルでの活動や、保護者同士の交流の場としてスマイルの部屋を貸し出します。
 自宅や友だちの家では活動が難しい場合など、スマイルを利用しませんか。

※職員による預かり保育・託児は行いません。
 ※貸出の条件などは、お問合せください。

毎週木曜日 10時～12時 (要申請)

貸し出しについて

スマイルにある絵本やおもちゃを貸し出ししています。子どもにどのような絵本やおもちゃを与えればいいのか迷ったときは、お気軽にご相談ください。

随時実施

▶対象
 町内在住の満6か月から就学前の在宅児とその保護者、妊婦(里帰り出産を含む)
 ※初めて利用される方は初回利用時に、安全共済掛金を徴収します。

育児相談

子育ての不安や悩みはありませんか？随時窓口や電話で相談を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

随時実施

問・申 スマイル (交流まちづくりセンターMiiMo 3階)
 ☎0745-43-0667

気軽にご参加くださいね。お待ちしております。