



今月の表紙：MiiMo 広場で遊べるよ

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/>



＼おめでとうございます／

統計功労者表彰を受賞されました



藪下信夫さん（奈良県知事表彰受賞）

12月16日、奈良公園バスターミナル レクチャーホールで令和3年度奈良県統計功労者表彰式が行われ、三宅町の登録調査員の藪下信夫さんが受賞されました。

藪下さんは、平成21年より三宅町の登録調査員になられ、数多くの統計調査に尽力されました。統計調査員としての熱意、誠実性や調査の正確性が功績として認められ、今回の受賞となりました。誠におめでとうございます。

登録調査員を募集しています。

三宅町では、様々な統計調査にご協力いただける登録調査員を随時募集しています。詳しくは、下記までお問い合わせください。

☎ 産業振興課 ☎0745-44-3071

＼6月末まで延長します／

国保中央病院無料送迎バスの実証運行期間の延長が決まりました！

現在、国保中央病院から田原本町、広陵町、三宅町、及び川西町において国保中央病院無料送迎バスが実証運行しております。このたび、実証運行の期間を6月30日まで延長することになりました。

三宅町内のバス停は、「ファミリーマート磯城三宅町店」に設置されています。平日と第1・3・5土曜日に1日2便運行しておりますので、国保中央病院への通院やお見舞いの際に、是非ご利用ください！



▶実証実験の期間 **6月30**日（木）まで
（7月1日以降の運行については、未定です。）

▶時刻表 （往路）

ファミリーマート磯城三宅店→国保中央病院
8：44発 8：52着

（復路）

国保中央病院→ファミリーマート磯城三宅店
（平 日）11：03発 11：21着
（土曜日）11：10発 11：28着



詳しい情報はこちら
（国保中央病院HP）

☎ 国保中央病院を拠点とした
地域間アクセス向上検討事業
広域検討委員会（三宅町役場政策推進課）
☎ 0745-44-3070

図書スタッフの推し本・発掘本

● ことり

小川洋子 朝日新聞出版



小鳥の小父（おじ）さんが死んだ。竹製の鳥かごを抱いて。鳥かごの中には小鳥が一羽。小父さんにはポーポー語を話す兄さんがいた。童話のようなファンタジーあふれる兄と弟の絆の物語。（あ）

● おおきくなるってことは

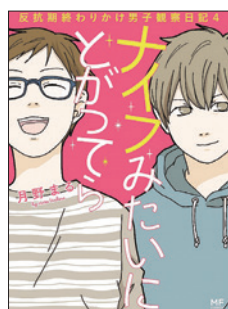
中川ひろたか 童心社



シンプルなことば、ユーモラスな絵で「おおきくなるってことは」は素敵なことなんだよ、と応援してくれる絵本です。卒業・進級・進学する子どもたちだけでなく大人だって一緒に考えてみませんか。（さ）

● ナイフみたいにとがってら 4

月野まる KADOKAWA



アメブロで人気のコミックエッセイ第4巻。就活に悩む長男と受験に苦しむ次男の日常にハラハラしたりジーンとしたり。なんだかんだで両親や次男を大切に思っているんだな、という長男にほろりとしてしまいました。とってもかわいい兄弟です。（ま）

● 40代が、こんなにしんどいなんて聞いてなかった

フカザワナオコ 幻冬舎



数年前とは明らかに違う心身の不調。毎日の家事・子育て・勤め…主婦に休みなし！でも、お隣のおばさまはとっても元気。なんで？そんな四十路の悩みを解決してくれました。私だけじゃなかった！まだまだ頑張ろうとクスッと笑えます。（ち）

新着図書入りました

※ここに掲載している以外にも届いています。

- | | | | |
|--------------------------|--------------|-----------------------|------------------------|
| ・チンギス紀 七 虎落 | 北方謙三 集英社 | ・6歳までの「ことばの遅れ」の不安が消える | 上里 聡、山田有紀、笠井新一郎監修 現代書林 |
| ・星を掬う | 町田そのこ 中央公論新社 | ・どうぶつのおやこ | きのしたけい コクヨ |
| ・鬼滅の刃 ノベライズ きょうだいの絆と鬼殺隊編 | 吾峠呼世晴 集英社 | ・ベランダに手をふって | 葉山エミ 講談社 |
| ・炎炎ノ消防隊 新たな火種 | 大久保篤 講談社 | ・みとりねこ | 有川ひろ 講談社 |
| ・絶望鬼ごっこ とらわれの地獄村 | 針とら 集英社 | ・十四歳日和 | 水野瑠見 講談社 |
| ・完全版 普通の人 | 安西水丸 クレヴィス | ・民王 シベリアの陰謀 | 池井戸潤 KADOKAWA |

● 図書スタッフのつぶやき ●

図書スタッフの優しい長女（あ）、頼もしい次女（さ）、しっかり者の四女（ま）に囲まれて、日々手作り工作に励むマイペースな私です。もうすぐ春ですね。春から環境が変わる方もおられると思いますが、四姉妹は色んな方との出会いを楽しみに、今日もせっせと手作り工作しています。

四姉妹・三女（ち）

蔵書検索 MiiMo情報 は、こちらへ



●蔵書検索
<http://www.lib-eye.net/town.miyake.lib/>



●ホームページ
<https://www.miimo.jp>



●facebook
@town.miyake.fukugo



●Twitter
@MiimoMiyake

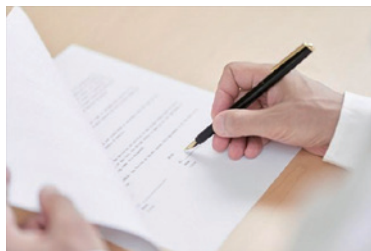


●instagram
miimo_miyake

☎ MiiMo運営室 ☎0745-44-3082

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金を給付します

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、様々な困難に直面した方々に対し、速やかに生活・暮らしの支援を行う観点から、令和3年度住民税非課税の世帯などに対して、1世帯あたり10万円を給付します。

給付対象者	手続き・提出期限	給付額・給付時期
①住民税非課税世帯 令和3年12月10日時点で三宅町に住民登録があり、かつ、世帯全員の令和3年度分の住民税均等割が非課税の世帯。 ※一人暮らしの学生など、住民税が課税されている方の扶養親族などのみからなる世帯は対象外です。 ※生活保護受給者は給付対象です。	役場から対象と思われる世帯に「確認書」を送付しました。<u>確認書の内容を確認し、必要事項を記入のうえ、返送ください。</u> 提出期限 確認書の発行から3ヶ月以内まで ※詳細は「確認書」をご確認ください。	1世帯あたり10万円 ※役場に確認書類などが届いてから1か月以内に給付します。 (書類に不備がある場合を除く) ※1世帯1回限りです。
②家計急変世帯 新型コロナウイルス感染症の影響を受けて、家計が急変し、①の世帯と同様の事情にあると認められる世帯。	申請が必要です。 ※役場では対象者を特定できないため、個別の通知はありません。 ※詳細はホームページなどで、お知らせします。 提出期限 9月30日まで	

※申請手続きは、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、原則、郵送で行ってください。

※詳細は、ホームページなどでご確認ください。

※配偶者などからの暴力(DV)などを理由に避難されている方は、下記窓口へお問い合わせください。



ホームページは
こちら

臨時特別給付金の「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」にご注意ください！

申請内容に不明な点があった場合、三宅町から問い合わせを行うことがありますが、ATM（現金自動預払機）の操作をお願いすることや、支給のための手数料などの振り込みを求めることは絶対にありません。

もし、不審な電話がかかってきた場合は、三宅町の下記窓口か最寄りの警察署または警察相談専用電話（#9110）にご連絡ください。

問・申【申請手続きについての問合せ先】 三宅町役場 非課税世帯給付金係 ☎0745-44-3190

(9時～12時・13～17時、土日祝除く)

【制度についての問合せ先】 内閣府コールセンター ☎0120-526-145 (9時～20時、フリーダイヤル)

＼進学・就職・転勤・退職などで窓口が混み合う時期です／

お引っ越しや健康保険・国民年金の手続きはお早めに！

住民票関係

手続き	必要なもの	期間	方法
町外から引っ越しをしてきたとき（転入届）	・転出証明書 (引越し前の住所地の役所で発行) ・本人確認書類(※) ・マイナンバーカード（お持ちの方） ・住民基本台帳カード（お持ちの方）	引っ越しをしてから 14日以内	住民保険課窓口 (役場1階③窓口)
町内で引っ越しをしたとき（転居届）	・本人確認書類(※) ・マイナンバーカード（お持ちの方） ・住民基本台帳カード（お持ちの方）		
町外へ引っ越しをするとき（転出届）	・本人確認書類(※) ・印鑑登録証（登録している方） ・国民健康保険証（加入している方）	引っ越しをする 14日前以降	
印鑑登録（※1）をするとき	・登録する印鑑 ・本人確認書類(※)	—	
各種証明書（※2）を請求するとき	・本人確認書類(※)	—	

※1 印鑑登録は、住民票のある市町村で行います。転入・転出に伴い前住所地の印鑑登録は廃止されます。

※2 証明書・・・戸籍謄（抄）本、戸籍附票、住民票（除票）、印鑑登録証明書など。（印鑑登録証明書の請求には、印鑑登録証（カード）が必要です。）

健康保険・年金関係

手続き	必要なもの	期間	方法
国民健康保険に加入するとき	・資格喪失証明書 ・本人確認書類(※) ・マイナンバーカード（お持ちの方）	他の健康保険を脱退した ときから14日以内	住民保険課窓口 (役場1階③窓口)
国民健康保険を脱退するとき	・国民健康保険証 ・新しく加入した健康保険証 ・マイナンバーカード（お持ちの方）	他の健康保険に加入した ときから14日以内	
退職して国民年金に加入するとき	・年金手帳または基礎年金番号通知書 ・退職年月日が確認できる書類	お早めに手続きを してください	

マイナンバーカード

手続き	必要なもの	備考	方法
マイナンバーカード交付申請をするとき	・個人番号カード交付申請書 ・顔写真（縦4.5cm×横3.5cm） （役場で申請の場合は不要） ・通知カード ・本人確認書類(※)	マイナンバーカード総合サイトからご不明な点を確認できます。 (https://www.kojinbango-card.go.jp)	住民保険課窓口、 郵送または オンライン

代理人による届出・申請の場合

委任状と代理人の本人確認書類(※)が必要です。

※本人と同世帯員以外の方が手続きをする場合、委任状が必要になります。(同じ住所に住んでいても別世帯であれば委任状が必要です。)

※本人確認書類は、①・②のいずれかになります。

- ①運転免許証・パスポート・マイナンバーカード・住民基本台帳カードなど官公署発行の顔写真付きのもの1点
②健康保険証・介護保険証・年金手帳など官公署発行の顔写真がないもの2点

※本人確認書類をお持ちでない場合、手続きができないものがありますのでご注意ください。

手続きについてご不明な点があれば、窓口またはお電話でご確認ください。

☎ 0745-44-3073 住民保険課

＼高齢者の生きがいがづくりを行う団体が対象です／

高齢者地域活動推進補助金の説明会を開催します

高齢者の「閉じこもり防止・生きがいがづくりのための集いの場の拡充」などの活動をサポートする補助金を交付しています。申請をお考えの団体は、事前に申し込みのうえ、説明会にご参加ください。

▶日時 **4月19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 MiiMo

1階 MiiMo ホール

▶申込 **4月15日** (金) まで

なお、参加者は、1団体あたり2名以内でお願いします。

補助金の概要

▶対象 町内を活動拠点とし、町内で活動する次の①から③までのいずれかに該当する団体

①自治会又は老人クラブ

②特定非営利活動法人 (NPO 法人)

③5人以上の団体で、活動実績又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 長寿介護課 ☎0745-44-3074

＼早めの予防接種をお願いします／

高齢者肺炎球菌予防接種は3月31日まで

▶対象者 次の①・②のいずれかに該当する方

①令和3年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

※対象者には、はがきを送付しています。

②60歳～65歳未満の方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方 (身体障害者手帳1級程度)

※既に肺炎球菌ワクチンを接種したことがある方は、対象外となります。

▶自己負担金 3,000円

※生活保護費を受給している方は、自己負担金が免除になります。接種前に健康子ども課にお申し出ください。

▶接種期間 **3月31日** (木) まで

※期間外の接種は自費となります。

▶申込方法

【三宅町、川西町の医療機関で接種される方】

直接医療機関へ接種予約をしてください。

・予診票等は医療機関に設置しています。

・自己負担金は、接種時に医療機関でお支払いください。

【三宅町、川西町以外の県内医療機関で接種される方】

事前に健康子ども課での手続きが必要です。

・医療機関へ接種予約をしてから、自己負担金と印鑑をお持ちの上、健康子ども課にお越しください。

問・申 健康子ども課 (あざさ苑内) ☎0745-43-3580



3月 「あざさ苑」からのお知らせ

🌿 お風呂のご案内 🌿

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時45分 ②17時30分～18時15分

休業日：7日・14日・15日・21日・28日

問 三宅町社会福祉協議会 ☎0745-43-2078

環境衛生課からのお知らせ

ごみ収集日カレンダーを配布します！

令和4年度ごみ収集日カレンダーが完成しました。このカレンダーはごみの分別を行い、再資源化を進めていくために大切な情報を記載しています。今回からカレンダーにごみ分別をわかりやすくするためにイラストを入れました。

ごみの分別は、みなさんのご協力が必要です。カレンダーをよく確認していただき、ルールを守ってごみ出しをお願いします。

4月 ●有害ごみ・スプレー缶・紙パックの収集日は4月・7月・10月・1月になります。

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

ごみカレンダーのイメージ

ごみカレンダーの配布方法

▶自治会加入の方

→3月4日（金）以降、自治会を通じて配布

▶賃貸住宅にお住まいの方

→3月4日（金）以降、住宅管理者を通じて配布

▶上記以外の方

→3月7日（月）から環境衛生課の窓口で配布

※ごみカレンダーは、3月4日（金）から三宅町のホームページでも見ることができます。ぜひご利用ください！



ごみカレンダー



家庭ごみ分別手引き

粗大ごみのリクエスト収集

粗大ごみを処分する場合には、電話予約が必要です。



0745-44-3077

一時多量ごみについてのお願い

3月は引っ越しの季節です。一時的にたくさんのごみが発生した場合は、天理市環境クリーンセンターに直接持って行くことができます。

ただし、持ち込みごみについても分別をいただかなければなりませんので気をつけて下さい。

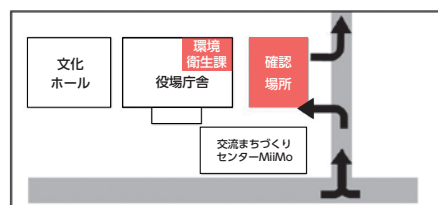
天理市環境クリーンセンターへの持ち込み方法

①車にごみを積んで環境衛生課にお越しください (平日の13時～15時15分)

※持ち込みに必要な書類を発行します。

※町外で出たごみは持ち込むことはできません。

※少量のごみの持ち込みは、受け付けできません。



②天理市環境クリーンセンターへごみを持ち込む

※環境衛生課でお渡しした書類を提出ください。

③ごみ処理費用の支払い

※ごみの処分料金は、翌月に請求します。

※町外に転出される方は、当日支払いです。

持ち込みできないごみ（よくある例）

×洗面台や流し台など

→購入業者、専門業者へご確認ください。

×丸めてある1m以上の長さのカーペット

→1m以内に切るもしくは折り畳んでください。

×長さ1m以上の枝や直径10cm以上の丸太

→1m以内、直径10cm以内に切断してください。

×テレビや冷蔵庫などのリサイクル家電

→家電量販店、メーカー、指定引取場所などへご確認ください。

※処分料金などの詳細は、「三宅町家庭ごみ分別手引き」をご覧ください。



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。



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。

電話相談員養成講座受講生を募集します

『奈良いのちの電話相談』は、複雑化する現代社会のなかでさまざまな悩みを持った人たち、生きる気力や望みを失った人たちに、明日への生きる意欲と自信を取り戻していただくために、24時間、365日休むことなく電話を通してともに考えながら支援するボランティア活動です。

ボランティアとして『生きる支援』をする方を募集します。

▶開講期間

養成講座(前期) 4月30日～8月6日
(後期) 9月3日～12月3日
※毎週土曜日14時～16時30分

インターン研修 12月～令和5年9月

※毎月2回の相談実習および研修会

▶開催場所

NID会館(奈良市西大寺本町8-27)

▶受講資格

満21歳以上70歳未満の相談ボランティアとして奉仕できる方

▶申込期限

4月20日(水)

☎ 社会福祉法人奈良いのちの電話協会 事務局 ☎0742-35-0500

※詳しくは「奈良いのちの電話」ホームページ(<http://www.nara-inochi.jp>)をご覧ください。
募集要項、講座内容、申込書がダウンロードできます。

「死にたい」と思うほどつらいとき、相談してみませんか？

ひとりで悩んでいる皆さまのさまざまな悩みについて、相談窓口があります。悩みを聞いてほしい方、解決する方法を探している方、一度相談してみませんか。一緒に解決する方法を考えます。

こんなとき	相談窓口	電話番号・受付時間
さまざまな悩みや心の危機に直面されているときなどに相談できる窓口	奈良いのちの電話	☎ 0742-35-1000 (365日・24時間)
「死にたい」と思うほどつらい気持ちを相談できる窓口	ならこころのホットライン	☎ 0744-46-5563 (平日 9時～16時) ☎ 0742-81-8527 withコロナ (平日 16時～20時、土日祝日 9時～20時)
どんなひとの、どんな悩みも相談できる窓口	よりそいホットライン	☎ 0120-279-338 (365日・24時間)
誰にも相談できない悩みにSNSで相談できる窓口	SNS相談 LINE「生きづらびっと」	

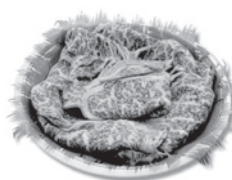
中尾精肉店

三宅町上但馬187-5

☎0745-56-2501

／お気軽に／
肉屋の手作りコロッケ
ホルモン天ぷらなど
お惣菜もあります！

牛肉
豚肉




三月の勝者へ
礎を築こう!!!

生徒さんたちがこれから歩む人生の礎を築くサポートが私どもの役目です

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

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/>

学習塾の礎

体験授業4回分無料



磯城郡水道企業団が、まもなく水道事業を開始します！

川西町、三宅町及び田原本町の水道事業は、令和4年4月1日をもって経営を一体化し、「磯城郡水道企業団」に生まれ変わります。「広域化に関するQ&A」は、随時更新しておりますので、改めてお知らせします。

今後も企業団に関する情報は、広報紙や磯城郡水道企業団ホームページにて、お知らせしていきます。

【広域化に関するQ&A】

水道の問い合わせはどこにすればいいの？	磯城郡水道企業団事務局へお問い合わせください。 3月まで ☎0744-32-2506 4月以降 ☎0744-32-2516
いつ事業を引き継ぐの？	3月31日まではこれまでどおり各町が水道事業を行い、 4月1日から企業団が事業を引き継ぎます。
水道水はどうなるの？	ご家庭に届く水道水はこれまでと変わりません。
水道料金はどうなるの？	これまでと変わりません。
納付書の納期限はどうなるの？	現状は毎月末日ですが、翌月14日になる予定です。
窓口はどうなるの？	現在の田原本町水道課の庁舎が企業団の窓口（事務所）になります。 住所は田原本町西竹田280です。 ※三宅町役場1階の出納課窓口の上下水道料金の取扱いは、3月30日（水）までです。
窓口の営業時間は？	平日の8時30分～17時15分です。
下水道事業も企業団が行うの？	下水道事業は、これまでどおり各町で行います。ただし、下水道使用料の徴収事務については、各町からの委託を受けて、企業団で行う予定です。

※内容は、現時点での予定のため、今後変更されることもあります。

☎ 磯城郡水道企業団事務局 ☎0744-32-2506（4月1日以降の電話番号は☎0744-32-2516です。）

広告

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

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

＼3月1日から3月7日まで／

春季火災予防運動を実施します

「おうち時間 家族で点検 火の始末」

空気が乾燥する冬は、火災が起こりやすい時季となります。そのため、3月1日から7日までの間、「おうち時間 家族で点検 火の始末」を統一標語として全国一斉に春の火災予防運動を実施します。

火の取扱い、後始末に十分注意して火事を出さないようにしましょう。

住宅用火災警報器を設置しましょう

みなさんお住いの住宅には、住宅用火災警報器の設置が義務づけられております。

もし、あなたのお宅に住宅用火災警報器が設置されていないければ、火災による死亡事故防止のため、今すぐ住宅用火災警報器を設置してください。設置されているお宅は、定期的な点検をお願いします。

☎ 奈良県広域消防組合 磯城消防署 予防課 ☎0744-33-2461

家庭内における応急処置

近年、救急車の利用件数は増加の一途を辿っております。

突然の激しい頭痛、胸痛や腹痛、意識がない時などは緊急を要するため、迷わず救急車を呼んでいただく必要がありますが、自宅でもできる手当がありますので、家庭でできる応急処置を試してみませんか。

Q：けがをして出血した場合は？

A：すぐに出血箇所に布などを当てて、上から強く10分以上圧迫します。出血が激しくやむを得ない場合は、3cm以上の幅がある布などで、傷口より心臓に近い部位をしばってください。

Q：やけど(熱傷)をした場合は？

A：受傷後、すぐに患部をきれいな流水で冷やします。水や冷却パックを使うと冷えすぎてしまい、患部を悪化させることがあります。靴下や衣類を着ている場合、着衣を脱がすことにより、水ぶくれが

できていたら破れて状態を悪化させることがあるため、着衣ごと冷やすようにしましょう。

Q：発熱がある場合は？

A：体温を下げるには、わきや鼠径部(股の付根)を冷やすことが有効です。これは、心臓に戻る太い血管が通っており、額(おでこ)を冷やすより効率的に体温を下げるができるからです。

迷ったら救急車の要請を

応急処置に迷ったら救急車を要請し、到着を待ちましょう。正しい応急手当を行い、救急隊員に引継ぐまでに状態の悪化を防ぎましょう。

いずれも、家庭内で対処を完結させる目的ではなく、できるだけ早く、病院受診を行いましょう。

☎ 奈良県広域消防組合 磯城消防署 救急課 ☎0744-33-2461

医療法人 **池田医院** **皮膚科 新設オープン**

診療時間 月 火 水 木 金 土
皮膚科 9:00~12:00 ● ● ● ● ●

皮膚科 NEW
● 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 NEW
● シミ
● 肝斑
● 肌のザラつき
● シワ など

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

しみ取りレーザー
ケミカルピーリング
イオン導入

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

医療法人 **池田医院** 毎日やっています／

経鼻胃カメラ (苦しくない胃カメラ) を入れました
腎臓内科新設オープンしました！

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 ● ● ● ● ●

内科・小児科
● かぜ ● 発熱
● 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 NEW
● 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 NEW
鼻からカメラを入れて
楽に受けることができます。
胃がん検診対応できます。

名譽院長 呼吸器科医学博士
院長 内科認定医・消化器科専門医
内視鏡専門医
内科認定医・腎臓専門医
透析専門医

いけだ 富一
いけだ だいすけ
いけだ 大輔
いけだ なつこ
いけだ 夏子

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

広告

廃車手続きは3月末までに、お忘れなく！

譲渡や廃車、盗難などのために現在車を所有していない方は、3月末日までに管轄する窓口にて廃車手続きをしてください。軽自動車税(種別割)は、4月1日現在の所有者に課税されます。

なお、3月末日までに手続きをされない場合は、令和4年度分の軽自動車税(種別割)が課税されますので、ご注意ください。

車両の種類	窓口	電話番号
原動機付自転車(125cc以下) 小型特殊自動車	三宅町役場 税務課	0745-44-3072
軽二輪車(126～250cc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
二輪の小型自動車(251cc以上)	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)	050-3816-1845

問・申 税務課 ☎0745-44-3072

＼早期の手続きをお願いします／

3月末は自動車の検査・登録の窓口が混雑します

毎年3月末は、決算や自動車税の賦課期日のため、自動車の検査・登録の申請の窓口が混雑します。

申請者の皆さまには長時間お待ちいただく場合もあります。混雑を緩和するため、手続きはできるだけ早期に済まされるようお願いします。

また、窓口へお越しの際は、マスク着用、アルコール消毒など新型コロナウイルス感染拡大防止へのご協力をお願いします。

各種手続きの案内は、近畿運輸局ホームページ(<https://www.tb.mlit.go.jp/kinki/>)をご確認ください。



問 近畿運輸局 奈良運輸支局 ☎050-5540-2063

広告

雑草の悩みありませんか？
どんな除草剤が効くか分からない・・・
草を引っっこ抜いて持ってきてください！

草との戦い 応援します！

除草剤・農薬・肥料の販売

メール:katsuinouki@able.ocn.ne.jp

Katsui nouKi 修理が大好きな農機店
(株) 勝井 農機
☎(0745)44-2881

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

慢性便秘症について

内科部長 竹田 幸祐

便秘は「命に関わる病気」へ

慢性便秘症は高齢者で10%以上となる有病率の高い疾患で、近年の高齢者人口の増加に伴って患者数が増加しています。

症状としては、腹部膨満感や腹痛、残便感などで、不安やうつ症状の合併も多いと言われており、生活の質（QOL）が落ちることがあります。また、便秘の強さに応じた心血管イベント（心筋梗塞、狭心症、脳梗塞など）のリスク調査によると、便秘がない症例と比較し、中等度～高度の便秘症例では、心血管イベントの発生率が高いと報告されています。このように、便秘はQOLを低下させるだけでなく、命に関わる病気へと概念が変わってきており、まさに治療しなければならない病気になったと言えます。

便秘にはさまざまな原因がある

原因としては食事量のアンバランスや水分不足、また、生活習慣の乱れや心因性ストレス、加齢に伴う生

理機能の低下、睡眠不足、運動不足なども原因になります。また、大腸がんなどの器質的疾患、脳梗塞、パーキンソン病などの神経疾患、糖尿病、甲状腺機能低下症などの代謝疾患などの病気が原因となることもあります。このように、様々な原因があり、それらが複合的に絡み合って生じているケースも見られます。

便の改善が生活の質の改善に繋がる

排便の快適さには便の性状が大きく関係します。日本人における便性状タイプごとのQOLを検討した研究では、表面が滑らかで柔らかいソーセージ状、バナナ状の便が最もQOLが良好だったと報告されています。このような便になることを治療目標としていくことが、QOLの改善に繋がっていくと考えられています。

便秘は放置することで症状が悪化するのみならず、場合によっては命に関わる危険性も潜んでいます。まずは医療機関を受診してご相談ください。

問 国保中央病院 ☎0744-32-8800

消費生活相談

ラジオやテレビでの通販では、返品条件を確認しましょう

【事例】

ラジオを聴いていたらドライブレコーダーが紹介されていた。前方後方車内を録画できるのに安かったので注文した。届いた商品の説明書を読むと、私の車に付けるには他の部品の購入も必要ことがわかった。それなら返品したいと思い販売業者に電話したが、「開封しているので返品には応じられない。」と言われた。

【アドバイス】

ラジオやテレビでの通販番組では、安さやアピールされた特徴だけが頭に残って、十分な確認をせず勢いで注文してしまいがちです。また、返品の内容などの重要な内容は、通販番組では表示・案内していても、小さな文字だったり、短時間読み上げるだけで、強調して伝えられるわけではありません。

気になる点は、注文前に電話でオペレーターに問い合わせ、返品条件も確認しておきましょう。

通信販売は商品を実際に手に取ることなく購入する

取引です。大きさや重さ、使い方、使用上の制限がないかなどしっかり確認して冷静に判断することが大切です。

トラブルを防ぐポイント

通信販売にはクーリング・オフはありません

通信販売にクーリング・オフはなく、返品に関して事業者が定めているルールに従うことになります。そのため、「返品不可」と決められていれば、返品できません。「返品可能」となっている場合、返品が可能な期間（商品到着後○日以内など）やその他に定められている条件（未開封、未通電、未使用など）にあてはまらないと返品できません。

消費者 相談窓口	三宅町	川西町
日 時	3月8日、22日、 29日（火） 10時～15時	3月1日、15日（火） 10時～15時
場 所	役場庁舎3階 第2会議室	役場庁舎2階 図書室

問 産業振興課 ☎0745-44-3071
三宅町消費生活相談専用ダイヤル
☎0745-43-3588

マナーアップ大和路2022を実施します

警察から県民に対して安全な交通行動の実践を始めとした啓発活動を行うことにより交通事故防止の徹底を図り、交通死亡事故を減少させるために「マナーアップ大和路2022」を実施します。

交通安全「やまとじ」を実践して、
交通事故を起こさない、
交通事故に遭わないよう気をつけましょう。

●夜間に目立つ反射材、前照灯の早め点灯と上向き点灯

●まった、飲酒運転。ハンドルキーパーで安全・安心

●と止まってゆずろう、横断歩道は歩行者優先

●自転車は車の仲間、ルールを守って安全運転

2/1～3/18はサイバーセキュリティ月間です！ インターネットトラブルに注意！！

インターネットは便利な反面、危険な面も持ち合わせています。ルールやマナーをしっかりと使っていきましょう！

・安易な個人情報の掲載に注意！

名前、住所、写真などを安易に載せてしまうと、ストーカーなどの被害にあう危険性があります。

・身に覚えのない請求に注意！

身に覚えのない有料サイト料金を請求する「架空請求」、メールやリンクをクリックしただけで請求される「ワンクリック請求」によりお金を騙し取られる危険性があります。

・なりすまし被害に注意！

インターネットでは、簡単に他の人物になりすますることができるため、安易に会いに行ってしまうと犯罪の被害にあう危険性があります。

・自撮り被害に注意！

誰かに頼まれて自分の裸の写真を送信してしまうと、ばらまかれてしまうかもしれません。

問 天理警察署 ☎0743-62-0110

人権が尊重される人づくりと地域づくり

ー 人権コラム ー

お互いの人権が尊重され、すべての人が住んでよかったと思える地域社会を確立するためには、それぞれの人権問題に対する理解を深め、日常生活における人権の課題に気づくことが大切です。

毎年実施している地区別懇談会は、地域のみなさんが、自分たちの地域社会をより豊かで暮らしやすいものにしていくために、みんなで学習しあう場として大切な役割を果たしています。部落差別をはじめ、身の回りにあるさまざまな差別に気づき、自分の生き方とその関わりについて考え、語り合うことのできる場です。そして、人とつながる場でもあります。

「知りたいことや疑問を出し合う場」として

「自分自身の意識を問い直す場」として

「差別をなくそうとする地域、人づくりの場」として

今年度の地区別懇談会は、町の人権教育推進協議会で直前まで話し合いが持たれましたが、新型コロナウイルス感染拡大のために中止という選択を余儀なくされました。来年度は、今年度の分までより多くの方々に参加していただけたらと思います。

問 教育委員会事務局（文化ホール内） ☎0745-44-2210

てんいち先生



＼肩こり、腰痛を一緒に解消・予防しませんか／

肩こり・腰痛解消予防教室を開催します



三宅町体育館で、肩こり・腰痛解消予防教室を開催します。この教室では、ウォーキングで身体の血流を良くしたあとに、操体の体操やストレッチで筋肉をほぐすことで、肩こりや腰痛の解消・予防を目指します。

- ▶日時 3月17日(木) 10時30分～11時20分
- ▶対象 三宅町在住・在勤で16歳以上の方
- ▶定員 8名まで
- ▶受講料 無料
- ▶指導員 井須インストラクター
- ▶持ち物 運動のできる服装、上履き、飲料水
- ▶申込期間 3月7日(月)～3月13日(日)
(水曜日を除く)
- ▶申込方法 三宅町体育館へ電話にてお申込みください。

問・申 三宅町体育館 ☎0745-44-1777

がん検診を受けましょう！

がんの予防には、食事や運動などの生活習慣を整えることが有効とされていますが、がんになるリスクがゼロにはなりません。そこで、検診を受診することが大切です。

検診を定期的に受診することで、がんの早期発見・早期治療へとつながります。

「生活習慣の改善」と「がん検診を受ける」ことで、自身の健康を守りましょう。

問・申 健康子ども課(あざさ苑内) ☎0745-43-3580

集団がん検診の申込方法

3月号広報紙の
折込みチラシを
ご確認ください。



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

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/>

〒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
☒駐車場完備 16台分



川口整骨院



交通事故・各種保険取り扱い

受付時間
午前 9:00-12:00
午後 5:00-7:00

休診日
土曜午後
日曜・祝日

三宅町石見478 近鉄石見駅西前
☎0745-27-2030 P有

＼石見駅ロータリーを華やかにしませんか？／

花好きな仲間を大募集！

三宅町の玄関口である「近鉄石見駅西側ロータリー」の花壇の植え替えなどを一緒にする仲間を募集中です。
花好きな皆さま、ぜひ一度活動に参加して仲間づくりをしてみませんか？



問・申 世話人 石見フラワーチーム 橋本 ☎0745-43-1852

＼健康のため、一緒に麻雀をしませんか？／

健康麻雀推進クラブでは、女性会員も募集しています！



三宅町健康麻雀推進クラブの皆さん

健康麻雀推進クラブは、**認知症予防に効果的**だと言われている麻雀（マージャン）を楽しみながら、毎日が元気で過ごせるよう「**お金を賭けない・お酒を飲まない・煙草を吸わない**」をモットーに**高齢者の健康づくりとして活動を行っているクラブ**です。

まだまだ男性会員が多いクラブですが、女性会員も現在3名参加されています。

長らく麻雀をされていない方で、ご興味のある方、ぜひお気軽にお問い合わせください。

- ▶日時 第1・第3土曜日（隔週） 13時～17時
- ▶場所 あざさ苑
- ▶対象 **町内在住のおおむね60歳以上の女性**
(昔、麻雀をされていた方)
- ▶入会金 1,000円
- ▶参加費 1回につき700円

問・申 三宅町健康麻雀推進クラブ
代表：植村 住一 ☎090-3996-8738

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	3月13日(日) 9時～12時30分
受 取	3月13日(日) 9時～13時00分 3月23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。
住民保険課へお電話ください。

問・申 住民保険課 ☎0745-44-3073

調査、お見積もりは無料です！

和屋塗装HP
ブログも見てね！
LINEで連絡
簡単簡単です

外壁塗装 住宅改修

お気軽にお電話お待ちしております！ ☎0120-95-7722

雨漏り解決率100%

GOOD STYLE 株式会社 和田塗建

〒639-1038 奈良県大和郡山形市西町208-1

私達は貴方の大切な家を強く長く美しくさせるプロです！

宝くじ助成事業を活用しました

一般財団法人自治総合センターが実施する宝くじの助成金を活用して三宅町と2つの自治会がコミュニティ活動で利用する備品を購入しました。

この助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源として実施しているコミュニティ助成事業です。三宅町では、地域コミュニティの活性化を図るとともに、自治会がこの助成事業を活用することで様々な自治会活動を活発化させて、地域のコミュニケーション及び団結力の向上に取り組んで頂ければと考えています。

三宅町（三宅町交流まちづくりセンターMiiMo）

ポータブルステージ



三河自治会

テント、物置、発電機など



伴堂自治会

デジタル複合機、テント、物置など



☎ 総務課 0745-44-2001
MiiMo運営室 ☎ 0745-44-3082

1月15日

子ども体験教室 「三宅町の昔話」を開催しました



三宅ボランティアガイドの会のみなさんを講師に招き、MiiMoホールにて、紙芝居で三宅町の昔話を学ぶ教室を開催しました。

自分の住んでいるまちにはどんな昔話があるのかを、電子紙芝居で楽しく学ぶことができ、参加した子どもたちは「お話に出てきた場所知ってる!」「次のお話が聞きたい!」と興味津々の様子でした。

1月18日～2月8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、文化ホールにてインナーマッスルを鍛えるピラティス教室を開催しました。

4日間延べ42名の方にご参加いただき、吸って吐くという基本的な呼吸に合わせた、ゆっくりとした動作ながらもしっかりと身体を鍛える運動で、姿勢の改善などにつなげることができました。

12月27日

ボーイスカウト磯城第1団より歳末たすけあい募金をいただきました

12月27日(月)に日本ボーイスカウト磯城第一団の皆さんが三宅町役場を訪れ、歳末たすけあい募金の活動報告を行いました。

今年は街頭での募金活動はできませんでしたが、会員から寄附を募り、小中学生の隊員もお小遣いから募金をしてくれました。

募金は、三宅町社会福祉協議会で社会福祉の充実に役立てられます。

☎ 総務課 ☎0745-44-2001



(左から) 森田町長、辰巳真優さん(智辯学園奈良カレッジ小)、三府源伸さん(三宅小)、吉村剛人さん(三宅小)、田村篤暉さん(川西小)、谷口泰章さん(川西小)

1月27日

川西町、三宅町及び田原本町と関西移動販売車組合との「災害時におけるキッチンカーによる物資の供給等に関する協定」締結式を行いました

三宅町、川西町及び田原本町と関西移動販売車組合は、災害発生時の避難所においてキッチンカーによる炊き出しの提供を受けることなどを定めた協定を締結しました。

磯城郡3町ではアルファ化米などの非常食を防災備蓄しています。ただ、これまで国内の被災地では「避難生活では温かいものが食べたかった。」との被災者

の声があります。そのため、キッチンカーの炊き出しを提供することで、災害時のストレスを少しでも和らげる効果を期待しております。

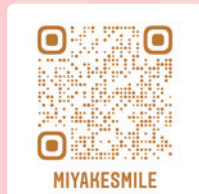
三宅町では、町民の皆さまがより安心・安全に暮らせるよう、災害が発生、又は発生するおそれがある場合の対応を強化し、災害に強いまちづくりに取り組んでいきます。



＼インスタフォローしてね♪／



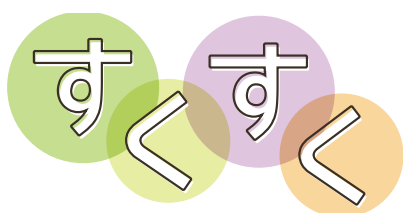
三宅幼稚園
Instagram



スマイル
Instagram

子育てひろば

子育てに関する情報をお届けします。



9～11ヶ月健診の対象となっている
お子さんの写真をご家族に撮っていただきました。



さくらちゃん

お姉ちゃんお兄ちゃんが大好きなさくらちゃん♡
いっぱい遊んで大きくなろうね



みつきちゃん

大好きな姉兄ちゃんと仲良く元気に育ってね♡



こうのすけちゃん

すくすく元気に大きくなってね!!



まなとちゃん

みんな仲良く元気に育ってね!

子育て掲示板

問・申 健康子ども課（あざさ苑内） ☎0745-43-3580

ふくろうランド

赤ちゃん体操 1・2・3

～親子で一緒に楽しもう～

親子で楽しい時間を過ごしませんか？

- ▶日時 3月3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3/2（水）17時まで。（先着10組程度）

健診・相談

対象	日程	受付時間
3～5か月児健診 （誕生日：R3.9.8～R3.12.8）	3/8 （火）	13時30分 ～14時20分 （複数に分けて）
6～8か月児相談 （誕生日：R3.6.16～R3.9.16）	3/16 （水）	9時30分 ～11時30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。



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。



スキップランド

子どものかわいい笑顔を守ろう！

～歯磨きのコツを知り、むし歯菌をやっつけよう～

「歯磨きを嫌がり大変！」と思いませんか？歯科
衛生士に、歯磨きのコツを教えてもらおう

- ▶日時 3月10日（木）10時～11時30分
（受付：9時30分～）
- ▶対象 1歳すぎ～幼稚園就園前のお子さん
と保護者
- ▶持ち物 母子健康手帳・歯ブラシ
当日、普段お使いの歯ブラシチェックをします。
*参加申し込みは3/9（水）17時まで。（先着10組程度）

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。

スマイル

問・申 スマイル ☎0745-43-0667

スマイルは未就学児とその保護者、妊婦さんが交流するスペース♪
子どもだけでなく大人もキラキラ輝き、ゆったりと過ごせる場です。

スマイル広場（10時～12時、事前にお申込ください。）

リトミック

いちご組 3/14 お別れ遠足・誕生日会
満6カ月～1歳児 （月） 「ひみっこぱーく」

※3月はお休みします。

ぶどう組 3/3 お別れ遠足・誕生日会
2～5歳児 （木） 「ひみっこぱーく」

スマイルの利用について

- ▶対象 町内在住の満6ヶ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。）
- ▶利用時間 10時～16時（月～金曜日）
※土日祝日、年末年始除く ※イベントの開催時は、対象者のみ
- ▶場所 三宅町交流まちづくりセンターMiiMo 3階
子育て世代包括支援センター



気軽にご参加ください。お待ちしております。

三宅のくらしを「もっとたのしく」「もっと豊かに」するサポーター シェア・コンシェルジュ募集

20人以上の三宅町在住メンバーが活躍中！
あなたも一緒に活動しませんか？

元気なシニア
子育て中のママ・パパ
学生さん、Welcome!



シェア・コンシェルジュとは

人と人のつながりづくりをサポートし、三宅のくらしを「もっと楽しく」「もっと豊かに」するため、スキマ時間を利用してお手伝いする AsMama認定資格※です。あなたの強みや得意分野をいかし、ライフスタイルや得意なこと・実現したいことにあわせた認定研修をご用意。活動に応じてプチ収入も！

こんな人におすすめ

ブログや SNS など
発信することが得意
ネットワークを広げたい

人と関わるのが好き
スキルを活かしたい
イベントスタッフとして働きたい

子どもが好き
困っている親子の役に立ちたい
資格や子育て経験を活かしたい



つたえる

- ・広報活動
(チラシ、Web、SNS等)
- ・三宅町アプリの利用相談

¥ チラシ 100 枚 300 円
コミュニティへの投稿
1 件 100 円 等



つなぐ

- ・交流イベントの企画・開催
- ・つながりづくりサポート
- ・イベント運営スタッフ

¥ 交流会参加費 (自由設定)
イベント運営スタッフ
1,020 円～/1 時間



あずかる

- ・三宅町アプリを使った
送迎・託児支援、面談対応
- ・イベント託児スタッフ

¥ 送迎・託児のシェア
600～700 円※/1 時間
+オプション (自由)
※有資格者：保育士、看護師等

- 応募条件：①20歳以上 ②心身ともに健康な方
③パソコンやスマートフォンで「子育てシェア」が使えること
④メール・WEB会議・電話等でコミュニケーションがとれること

- 認 定 料：3,000円 ※ユニフォーム代ほか諸費用を含む
(※三宅町在住・在勤の方に限り、・3,000円を町が負担するため不要)
各種研修無料、更新無料、「子育てシェア」利用・交流会開催マージン無料

- 保 険：イベントおよび送迎・託児に賠償責任保険適用(無料)

ご不明点はお気軽にお問い合わせください。info@asmama.co.jp

▼ 応募する ▼

