

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



MiiMoニュース



▲幼児園の子どもたちが、 またまた臨時バスに乗って 来てくれました。郵便車に 夢中になっていましたよ♪ (6/21)



▲まちキッチンでの手作り た。

▼ダンス教室のレッスン。キ レッキレのダンスで完璧な ポーズを決めてくれました。 ー緒にダンスを踊ってくれる 仲間も募集中です戶 (6/16)



(6/4) 強していました。 (6/16) レー!



▲大学生の企業セミナー の後にMiiMo前で焚き火 を楽しんでいました。夜の MiiMoも雰囲気あります。

(6/11)



▲5月末のNHK奈良「吉田 真人のピアノ弾かせてもら えませんか? | 放送後、いろ パン作り教室。焼き上がり ▲小学生の子どもたちが、んな方々がピアノを弾きに のとってもおいしそうな香り 自分たちの住む三宅町のゴ 来てくれています。この日 が…おなかがすいてきまし ミ収集について熱心にお勉 は「天空の城ラピュタ」メド

▼今、はやりの黒板アート MiiMo窓口夜担当スタッフ が書き上げた6月の芸術作 品です。 (6/16)



9.10

Mフェス

~三宅の花火~

開催決定

詳細は広報9月号 折り込みにて

MiiMo食堂カレンダ-

8月の推しメニュー!



夏のお薦めは、喫茶1475さんの半 熟卵乗せドライカレー! 暑さに負けず、 毎週変わる数々のスムジーもお薦め! もちろんボリュームも大満足です。 夏バテ解消に、ぜひお試しください! (スタッフM)



MiiMo食堂 instagram miimo_food

8月 MIIMO食堂 SCHEDULE

TUESDAY 火曜日 11:00~15:30 みぃもの

こびとぱん ※8/30はお休みです。 FRIDAY

金曜日 11:30~16:00 tois cafe

※8/12はお休みです。

WEDNESDAY 水曜日

11:00~19:00 cafe*MOMO

SATURDAY 土曜日 11:00~14:00

アトリエスタ 食堂

※8/6.13はお休みです。

THURSDAY 木曜日

11:00~15:00 喫茶1475

※8/4.11はお休みです。

SUNDAY 日曜日

8/28

11:00~19:00

Kouzusha Cafe

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。

MiiMo情報



●ホームページ https://www.miimo.jp



●Twitter @MiimoMiyake



•instagram miimo_miyake



● facebook @town.miyake.fukugo

깭 MiiMo 図書フロアより

■ 図書スタッフの推し本・発掘本

● 湖底の城



宮城谷昌光 文藝春秋

中国揚子江流域で呉と越が争う春秋時代後期。地位、身分を超えた人との出会い、進むべき道を探す物語。ドキドキワクワクの全9巻。リクエストされた利用者様、あなたの本が入っていますよ! (あ)

まにまに



西加奈子 KADOKAWA

私の好きな作家の一人である、西加奈子さんのエッセイ集。 関西弁を交えた、2ページほどで終わる話は、まるで友だちからのメールを読んでいるようにクスッと笑ってしまいます。 私のお気に入りは「洗濯先輩」。 合間読書にオススメです。(ま)

● 部屋も頭もスッキリする!片づけ脳

加藤俊徳 自由国民社



片づけられないのは脳のせい!?片づけられない要因から脳のどの分野を鍛えるべきなのか、どのように鍛えるといいのか教えてくれる本です。整理術とか断捨離は挫折してしまった私ですが、次こそは何とかなるかも。 (さ)

●台所太平記



・こねこが

谷崎潤一郎 中央公論新社

戦前戦後・文豪の屋敷で働く女中さん達の物語(珍騒動)を、ユーモアたっぷりに描いた小説です。個性の強い女中さん達が、逞しく可愛く可笑しく…今の時代とはまた違った面白さと温かさがあります。 (5)

■ 新着図書入りました

- ・勉強する子になる100の習慣 佐藤亮子 文藝春秋
- ・暗黒自治区 亀野仁 宝島社
- ・死という最後の未来 石原慎太郎、曽野綾子 幻冬舎
- ぬいぐるみとしゃべる人はやさしい

大前粟生 河出書房新社

- ・風のことは風に問え―太平洋往復横断記
 - 辛坊治郎 扶桑社
- ・浪人若さま 新見左近 決定版1~3

佐々木裕一 双葉社

- ・龍の右目 伊達成実伝 吉川永青 角川春樹事務所
- ・糖尿病 血糖値がみるみる下がる食べ方 マキノ出版
- ・速水奨 言葉に生きる、声に込める

速水奨 くびら出版

- ※ここに掲載している以外にも届いています。
- ・我が家はこうして読解力をつけました

佐藤亮子 くもん出版

まつおかたつひで めくるむ

・87歳、古い団地で愉しむひとりの暮らし

多良美智子 すばる舎

・運転者 未来を変える過去からの使者

喜多川泰 ディスカヴァー・トゥエンティワン

- ・自然流育児のすすめ 小児科医からのアドバイス1・2 真弓定夫 地湧社
- ・いちにちぶんぼうぐ ふくべあきひろ PHP研究所
- ・おやくそくえほん 高濱伸、林ユミ 日本図書センター
- ・昆虫No.1図鑑

石井雅幸(監 文響社

・奈良で学ぶ、寺院建築入門

海野聡 集英社

● 図書スタッフのつぶやき ●

こんにちは。図書フロア四姉妹の四女です。前回、小型二輪免許取得のため教習所に通います、という話をしたのですが、こつこつ通ってようやく…卒業検定目前まで進んでいます!うまくいかず落ち込むこともありましたが、楽しく乗れるようになってきました。もう一踏ん張りがんばります。 四姉妹・四女(ま)

■ 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/

間 政策推進課 (MiiMo) ☎0745-44-3082

●9月1日は「防災の日」

災害について考えよう・備えよう

問 総務課 ☎0745-44-2001

危機感を持とう



三宅町を含め、奈良県は自然災 害が少ないと思われがちです。

しかし、最近は大雨による被害 も多く、平成29年10月の台風21号 では「避難指示」が発令され、この 大雨の影響により、町内各地で道路の冠水や、家屋の 床上浸水などの被害を受けました。

また、奈良県内には、地震を引き起こす可能性が高い活断層が複数存在するとともに、東南海・南海地震による大きな影響が予想されています

災害を考えよう

◆どこに避難したらいいの?

災害が起きた時の避難場所を 知っていますか。平時から、避難 場所や避難場所までの経路に危険



な場所がないか確認しましょう。また、家にいるとき、 職場・学校にいるときに被災した場合の避難場所も確 認しましょう。

◆ハザードマップが便利です

町では、災害が発生したときの避難場所や日頃の備 えに役立てられるよう、「地震」「洪水」のハザードマッ プを作成しています。

マップについては、町ホームページからダウンロー ドすることもできます。ぜひ活用してください。

災害に備えよう

◆防災行政無線

三宅町では災害時の情報伝達手段 の一つとして防災行政無線を運用し、 屋外スピーカーから防災情報を住民 の皆様に伝達しています。



周囲の建物や気象条件によっては聞こえない場合や 聞き取れない場合があります。このような場合に対応 するため右記の事業を行っています。

・防災行政無線戸別受信機貸与

戸別受信機の貸し付けを行っています。戸別受信機を設置することにより、放送内容を家の中で聞くことができます。 問 総務課 ☎0745-44-2001

・テレホンサービス

放送内容を聞き逃した場合は以下のフリーダイヤルにおかけいただくと、直前の放送内容を24時間確認できます。 ☎0800-200-0912 (通話無料)

非常持ち出し品・備蓄品を備えよう

災害が起こったら、水道や電気・ガスといったライフラインが使えなくなったり、食料や薬などが簡単に手に入らなくなったりします。

被災したら何が必要か、乳幼児、妊婦、高齢者、ペットなど家族構成によって備える物はさまざまです。想像して優先順位をつけて準備しましょう。

「非常持ち出し品」は防災バッグなどにまとめておいて、避難するときにさっと持ち出す物。「非常備蓄品」 は後から使うために家に備蓄しておく物です。



避難後の生活必需品として、米・おかず(レトルトも便利)、缶詰などの食料品や飲料水 (ベットボトルに貯蔵)、卓上コンロ(ガスボンベ)、毛布や寝袋、パケツ、洗面用具、 携帯トイレなどを用意しておく(最低3日分)

三宅町ハザードマップ

洪水ハザードマップ (WEB 版)



地震ハザードマップ



●日本年金機構から納付書が送付されます 国民年金保険料は納期限までに

令和4年4月分から令和5年3月分までの 国民年金保険料は、月額16.590円です。

保険料は、日本年金機構から送付される納付書によ り、金融機関・郵便局・コンビニで納めることができ ます。また、希望される場合は、便利な口座振替やク レジットカード納付も利用することができます。

もし国民年金保険料を未納のまま放置されると、万 が一障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合に、 障害年金や遺族年金が受けられない場合があります。

【動画によるご案内】

日本年金機構「20歳になったら 国民年金 保険料の納付方法編」



保険料を指定の納期限までに納めることが難しい場 合は、保険料を免除・猶予される制度がありますので、 役場の国民年金窓口または桜井年金事務所まで気軽に ご相談ください。

問 桜井年金事務所 ☎0744-42-0033 保険医療課 **2**0745-44-3074

医療費が高額になりそうなときは相談を

国民健康保険及び後期高齢者医療制度では、入院な どにより医療機関での医療費の支払いが高額になりそ うな時は、あらかじめ保険医療課で申請を行い、「限 度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けて医 療機関の窓口に提示していただくと、医療機関での窓 口払いが自己負担限度額までとなります。

また、所得の区分により入院したときの食事代等が

減額になる場合があります。

自己負担限度額等についてや「限度額適用・標準負 担額減額認定証」の交付を受けることができるかどう かは、世帯の状況や所得により判定しますので、必要 な方は保険医療課までお問い合わせください。

問・目 保険医療課 ☎0745-44-3074

■戦没者等のご遺族の皆様へ

特別弔慰金の請求期限が近づいています

第十一回特別弔慰金は、令和5年3月31日までに ご請求ください。

■支給内容

国債名称 第十一回特別弔慰金国庫債券 い号

面 25万円(5年償還)

■支給対象となる方

令和2年4月1日(基準日)において「恩給法による 公務扶助料 | や「戦傷病者戦没者遺族等援護法 | によ る遺族年金」などを受ける方(戦没者等の妻や父母等) がいない場合に、右の順番による先順位のご遺族お一 人に支給します。

※支給対象者は、戦没者等の死亡当時のご遺族です。

- 1. 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援 護法による弔慰金の受給権を取得した方
- 2. 戦没者等の子
- 3. 戦没者等の①父母 ②孫 ③祖父母 ④兄弟姉妹 ※戦没者等の死亡当時、生計関係があったことな どの要件を満たしているかどうかにより、順番 が入れ替わります。
- 4. 上記1から3以外の戦没者等の三親等以内の親族 (甥、姪など)
 - ※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計 関係があった方に限ります。
- 問・申 住民福祉課 ☎0745-44-3073





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 0 0 0 0 0 0 休 夜診(診察17:00~) 17:00~19:00 休 O 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下さい。 ホームページ https://clinic-miyake.net/

T636-0213 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





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 **2**0745-27-2030

●募集件数に達したら締め切り

住宅の耐震化を支援しています

※対象は昭和56年5月31日以前着工の木造住宅

三宅町では、旧耐震基準(昭和56年5月31日以前) に着工された木造住宅の耐震化に向けた耐震診断を無 料で行っています。

また、耐震診断の結果「耐震性がない」と診断され

た場合には、耐震改修工事の費用の補助も行っています。

問·申 土木管理課 (分庁舎内) ☎0745-44-3076

	A 木造住宅の無料耐震診断 B 木造住宅の耐震改修工事費補助		
対象住宅	①昭和56年5月31日以前に着工された町内の木造住宅 ②延べ床面積が250㎡以下で、地階を除く階数が2階建て以下のもの	① A の無料耐震診断ではないが、他で同等の耐震診断を受け、耐震改修が必要と診断された住宅 ②50万円以上の耐震改修工事 ※上記以外にも要件あり	
費用・補助内容	費用:無料 注意:直接業者に耐震診断を頼まれた方 は、助成の対象外です。	補助内容:上限50万円(工事費の23%) ※耐震改修工事に付随しない模様替えの改装費など、直接耐 震改修工事の施工費以外のものは補助対象外。	
募集件数	5棟 1棟		
受付期間	8月1日(月)~11月30日(水)	9月9日(金)~11月30日(水)	
申込方法	いずれも、まず土木管理課窓口にご相談ください。 ※事業対象か確認させていただきます。		

●防犯電話を購入される方への補助があります!

詐欺被害の8割が自宅の固定電話から発生し、その被害者の約86%が65歳以上の高齢者です。防犯電話は高齢者にも導入・操作がしやすく、被害の軽減を図るため、防犯電話の購入及び設置に係る費用の一部を補助します。

【防犯電話とは】

次のいずれかの機能を持つ固定電話及び固定電話に 接続して用いる機器。

- ・事前に登録されてない電話番号からの着信に対する 注意を促す機能。
- ・通話の内容を自動的に録音する機能及び着信に対 し、録音を行う旨の応答を自動的に行う機能。
- ・被害を引き起こす可能性のある電話の着信を自動的に切断する機能。

【対象者】

交付申請時に三宅町内に居住し、本町の住民基本台 帳に記載されている満65歳以上の方(補助対象者)。

【補助金額】 上限5,000円

防犯電話の購入及び設置費用の1/2を補助します。

【注意事項】

- ※購入・設置前に申請が必要となります。
- ※申し込みは先着順とし、予算がなくなり次第終了します。
- ※申請書類は三宅町ホームページからダウンロードもできます。

問・甲 総務課 ☎0745-44-2001

中尾精肉店

牛 肉豚 肉

三宅町上但馬187-5

☎0745-56-2501

大お気軽に / 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!





●低所得の子育て世帯に対する

子育て世帯生活支援特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、 その影響を受けている低所得の子育て世帯に対し給付 金を支給します。

- ※この給付金は全国一律の国の制度です。
- ※今回の給付金を既に受取済みの方は対象外です。
- ※詳細は三宅町ホームページをご覧ください。

▶申請必要な方1【ひとり親世帯】

- ①公的年金等(例:遺族年金、障害年金など)を受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当を受給していない方
- ②令和4年4月分の児童扶養手当は受給していないが、新型コロナウイルス感染症の影響で家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となった方
- ※すでに児童扶養手当受給資格者として認定されて

いる方だけでなく、児童扶養手当を申請していれ ば、全部または一部停止されたと推測された方も 対象となります。

▶申請必要な方2【その他世帯】

- ①高校生のみ養育している方で住民税非課税の方
- ②公務員で住民税非課税の方
- ③R4年1月以降、新型コロナウイルス感染症の影響で収入が住民税非課税相当まで急変した方
- ★<u>申請が必要な方で、まだ申請がお済みでない方</u>は、 下記までご相談ください。
- ▶詳細はこちら

ひとり親世帯



その他世帯



問・申 健康子ども課(あざさ苑内) ☎0745-43-3580

●児童扶養手当や特別児童扶養手当を受けている方

「現況届」の提出をお願いします

児童扶養手当や特別児童扶養手当を受けている方に は、8月中に書類を郵送します。

提出がない場合、手当が受けられなくなりますので、 期限までにご提出ください。

ご不明な点がございましたら、健康子ども課までお 問い合わせください。 ▶児童扶養手当 現況届

提出期限 8月31日(水)

▶特別児童扶養手当 所得状況届 提出期限 9月9日(金)

問 健康子ども課(あざさ苑内) ☎0745-43-3580

●食生活習慣の見直しが必要だと言われた方 おとなの栄養相談会

管理栄養士による食生活の相談会を開催します。健 診結果で、食生活習慣の見直しが必要だと言われた方 など、お気軽にぜひご利用ください。

▶日 程 令和4年 8月24日 (水)、9月21日 (水) 令和5年 1月18日 (水)、2月15日 (水) 3月8日 (水) ▶時 間 13時15分~16時30分(相談は1人40分程度)

▶対 象 どなたでも可

※相談は個別予約制です。

3日前までに電話にてお申し込みください

問・■ 健康子ども課(あざさ苑内) ☎0745-43-3580

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



●自慢の金ゴマ畑を出品してみませんか?

金ゴマ立毛品評会を開催します!



8月17日(水)に三宅町内の圃場(ほじょう)にて「金ゴマ」の栽培を行っている生産者を対象に、生育状況および管理状況の審査を行います。

手塩にかけて育てられている自慢の金ゴマ畑を出品 してみませんか?

なお、上位に入賞された方につきましては、別日に て表彰式を開催させていただく予定です。皆様のご参 加をお待ちしています。 **▶審查日** 8月17日(水)

▶申込方法 「金ゴマ 立毛品評会出品申込書」に必要事項を記入の上、役場2階産業振興課へ

ご提出ください。

※出品申込書は産業振興課にございます。

▶申込締切 8月12日(金)

間・申

三宅町特産品振興協議会事務局(産業振興課内) ☎0745-44-3071

●農業や地域活動に女性の視点を活かす

女性農業委員になりませんか?

農業委員会への女性登用の推進

農業振興や地域活性化を進めていくにあたり、女性 の視点を活かすことが必要不可欠と言われています。

三宅町農業委員会では、高齢化や後継者不在による 担い手不足、それに伴う耕作放棄地の増加など農業が 抱える課題に対し、農業や地域活動に熱心に取り組ま れている女性に農業委員としてご活躍いただきたいと 考えています。

農業委員会の業務について

- ①農地法に基づく許認可など(法令業務)
- ②地域農業の振興を図るための活動
- ③農業施策に関する意見の公表、行政機関への建議など ご興味のある方、推薦したい方は下記までご連絡く ださい。
- 問 三宅町農業委員会事務局 (産業振興課内) ☎0745-44-3071

インボイス制度の準備はお済ですか?

インボイス制度に関する説明会を実施しています

令和5年10月1日よりインボイス制度が開始されます。インボイス制度の登録を受けるには、原則とし

て令和5年3月31日までに手続きが必要です。

問・申 桜井税務署 法人課税部門 ☎0744-42-3505

	消費税の仕組みから知りたい方向け	一般向け	
	8月24日(水)15時30分~	8月26日(金)15時30分~	
日時	9月28日(水)15時30分~	9月30日(金)15時30分~	
定員	15 名		
場所	桜井税務署 2階 会議室		
申込み締切	各説明会開催日の2日前までに事前予約をお願いします		





議会報告

令和4年 第2回定例会

で開かれました。 令和4年三宅町議会「第2回定例会」

れ閉会しました。い、慎重に議案等についての審議がなさ、森田町長が提出案件について説明を行

議決事項

とおりです。 会期中に審議、可決された内容は次の

予算の補正

◇令和4年度三宅町一般会計第2回補◇令和4年度三宅町一般会計第2回補

システムの改修に伴う委託経費)
第1回補正予算について(介護保険 会和4年度三宅町介護保険特別会計

条例の制定

部改正等)一部改正等)一部改正等)○三宅町税条例等の一部を改正する条

事決処分の承認

て世帯臨時特別給付金事業を繰越)正予算について (令和4年度へ子育)分のの1年度三宅町一般会計第13回補

○令和4年度三宅町一般会計第1回補上活支援特別給付金事業、保育所入工予算について(新型コロナウイル正予算について(新型コロナウイル

◇三宅町国民健康保険税条例の一部を改正等) の制定について (地方税法等の一部〜)三宅町税条例の一部を改正する条例

高齢者支援金分の引き上げ)
改正する条例の制定について(課税改正する条例の制定について(課税

報告

◇令和3年度三宅町一般会計予算線 が会事業等の令和4年度繰越財源の が会事業、子育て世帯臨時特別給 が会事業、子育て世帯臨時特別 が会事業等の令和4年度線越財源の が会事業等の令和4年度線越財源の が会事業等の令和4年度線越財源の が会事業等の令和4年度線越財源の

◇令和3年度三宅町公共下水道事業特別会計予算繰越明許費繰越計算書の別会計予算繰越明許費繰越計算書のかる市町村建設負担金の令和4年度

人事 (任期満了に伴う選任)

◇三宅町固定資産評価審査委員会委員

問

議会事務局

☎0745-144-3080

選挙

(辰巳光則就任)◇奈良県広域消防組合議会議員の選挙

・ウイル 一般質問

質問されました。 5人の議員が町政全般について、一般

とおりです。 とおりです。

池田年夫議員

森内哲也議員ヤングケアラーについて

場合、どのような方法があるか。して欲しい、伴走して欲しいと思ったであり「共創者」になると宣言。応援町は住民さんにとっての「伴走者」

むなべてつひとしまなべてつひと

題)を考えるにおいての有償運送の可

三宅町の地域交通問題(交通弱者問

渡辺哲久議員

川鰭実希子議員 児童館について

いて 地域おこし協力隊採用業務の改善に

令和4年度予算 **松本 健議員**

保険料、防災対策等の見直しについての医療費、国保料、教育の費用、老人令和4年度予算に関連して、子ども

_____ 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に

株 勝 井 農 機 (5) (0745) 44-2881



快適な環境づくりを応援します

り 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)

飲料水水質検査

特約店販売の許可資格 日用品雑貨

■環境衛生課からのお知らせ

ごみの分別にご協力お願いします

問・申 環境衛牛課

20745-44-3077

小型家電はリサイクルの袋で!

最近、小型家電が燃えないごみの袋に混ぜられて捨 てられていることがありました。この状態では燃えない ごみとして粉砕して埋め立ててしまうことになります。

小型家電は貴重な資源です。なぜかというと小型家 電には、有用金属が多く含まれているからです。例え ば、金や銀、銅やレアメタルなど再生すれば情報機器 等になるものばかりです。日本は有用金属を輸入に

頼っている国です。有用金属はスマートフォンやパソ コンなど情報機器の部品として必要です。

小型家電を分別すること で、私たちは情報機器を安定 して使用することができま す。ぜひ小型家電は、リサイ クル袋(青・緑)で小型家電の 日に出してください。



ふとん、カーペット類の出し方

よく環境衛生課にお電話で「布団はどうやってほ かしたらいいの?」「カーペットや、じゅうたんは どうしたらいいの?」という問い合わせがあります。 皆様が分別に協力していただき、連絡をいただける ことに感謝しております。

そこで、改めて布団やカーペトの出し方について 説明します。

●布団やカーペット類の出し方

燃えるごみとして出してください。出し方として は、1m程度に畳んで十字にひもでしばり、燃える

ごみ袋45Lをくくりつけてください。

ただし畳めないじゅうたんや、長さが1m以上の 物は1m以内に切って、粗大ごみとしてリクエスト してください。

●布団の他にはどんな物?

- ・スポンジの敷マットレス (バネなどない物)
- ・敷物(ラグなど)

●重さはどれくらい?

ひとりで持てる重さ くらいです。



雑がみとはどんな紙?

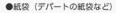
分別収集で雑がみの日があります。その他にも新 間・雑誌・段ボール・紙パックと紙だけでもこれだけ の分別をお願いしています。皆様にはご面倒をかけて おりますが、それぞれの紙が再生していくためには必 要なことなのです。

○ 雑がみはこんなものです

雑がみは下記のものが対象です。

- ●包装紙類 (商品の包装紙など)
- ●紙箱類 (お菓子・石けんなどの空き箱など)





●コピー用紙

動筒、はがき





もし、どれも分別されずに燃えるごみとなってし まったら二酸化炭素の量が増えるだけなのです。皆 様、今後もさらなる協力をお願いします。

では、そこでよく問い合わせがあるのが雑がみです。 他の紙類はわかりやすいのですが、雑がみってどうい うものかわかりにくいということです。

× 雑がみではないもの

雑がみとして出せない下記のものは「燃えるごみ」です。

●紙おむつ

●感熱紙(レシートなど)





●防水などの特殊加工された紙、写真紙

●汚れ・臭いがついたもの



※⑥マークがついていても、上記のものはリサイクルできないため「燃えるごみ」です。

は、粗 大ごみを処分する場合に 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。

ビニール部分は「燃えるごみ」です。紙袋の持ち手も紙以外は取り除いて出してください。

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

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

問環境衛生課 ☎0745-44-3077

MiiMo図書運営委員会主催 第2回 私の大切な書籍の交換会



もう読まないけれど、愛着があって捨てられない書籍を、本好きの誰かと交換しませんか?

▶日 時 9月**1**0日(土)·**11**日(日) 10時~16時

▶場 所 三宅町交流まちづくりセンターMiiMo

2階テラス

▶参加費 無料

▶申込み 9月3日(土)4日(日)10時~16時

三宅町交流まちづくりセンターMiiMo

1階 コワーキングカフェ前

※交換したい本を持ってお越しください。一人10冊 まで。

※マンガ、雑誌類、自費出版などはご遠慮ください。

問 MiiMo図書フロア ☎0745-44-3082

三宅町体育館 スポーツ教室を開催します

教室名	教室名 対象 開催日		開催時間	
肩こり腰痛解消予防教室	三宅町在住・在勤で	令和4年9月~令和5年3月	9:30 ~ 10:20	
健康ヨガ(肩こり解消)	16 歳以上の方	第一・第三 土曜日	10:30 ~ 11:20	

▶申込期間 令和4年8月1日(月)から随時

▶**申込方法** 三宅町体育館の事務所窓口または電話に

てお申込みください。

受講希望日の1か月前まで申込できます。

▶受 講 料 各教室 500円/1回

▶定 員 各8名まで(先着順)

▶開催場所 三宅町体育館 会議室

▶持 ち 物 運動のできる服装、上履き、スポーツタ オル、飲料水

問・申 三宅町体育館 ☎0745-44-1777 (9~17時)

※毎週水曜日休館







三宅ゆるスポクラブ主催 スマホの使い方講座 生徒募集

三宅町総合型地域スポーツクラブ(三宅ゆるスポクラブ)でスマホの使い方の講習会を開催します。

▶期 間 9月6日(火)、9月13日(火) 10月4日(火)、10月18日(火)

11月8日(火)、11月22日(火) ※計6回実施

▶時 間 毎回13時~15時 2時間

▶場 所 三宅町交流まちづくりセンターMiiMo

▶対象者 スマホをさわることができる方を対象に、 初級から中級程度のレベルで講習を実施し

> ※スマホはご持参ください。お持ちでない 方は準備します。

▶定 員 先着15名

▶**受講料** 受講料は無料ですが、会場使用料等として 6回分1,000円を徴収します。

▶申込み 8月13日(土)9時~12時

三宅町交流まちづくりセンターMiiMo

3階 コミュニティルーム1で受付

※定員15名で受付終了。満たない場合は 翌日以降も受付を行います。

▶講 師 ドコモ認定講師

問 三宅ゆるスポクラブ 担当:安井茂治

☎090-4568-4581

●自衛官等募集案内

防衛省では令和4年度採用の自衛官候補生、一般曹 候補生、航空学生、防衛大学校学生を募集しています。

①自衛官候補生(陸・海・空自衛隊)

資格 18歳以上33歳未満の方

期 間 年間通じて行っています。

②一般曹候補生(陸・海・空自衛隊)

資格 18歳以上33歳未満の方

期 間 令和4年7月1日~9月5日

③航空学生(海・空自衛隊)

資格 高卒(見込み) 18歳以上23歳未満の方

期 間 令和4年7月1日~9月8日

④防衛大学校学生(陸・海・空自衛隊)

資格 高卒(見込み) 18歳以上21歳未満の方

期 間 令和4年7月1日~10月26日

※①~④を含む他の採用種目の募集期間及び試験日に ついてもホームページ等で掲載します。詳しくは下 記までお気軽にお問い合わせください。

問・申 自衛隊奈良地方協力本部 橿原地域事務所

2 0744-29-9060

http://www.mod.go.jp/pco/nara/

●応急手当普及員再講習参加者募集

▶日 時 8月28日(日)9時~12時

▶受付期間 8月1日~8月23日

▶場 所 磯城消防署

▶內 容 応急手当普及員再講習

※応急手当普及員の資格取得後、資格認定日から3年を過ぎない方に対する、 資格を更新するための講習です。 ▶対 **象** 奈良県広域消防組合の応急手当普及員の 認定を受けている方

▶定 員 10人

▶費 用 無料

+

問·**申** 磯城消防署 救急課 **☎**0744-33-2461

●令和4年度 奈良県警察官(第2回) 採用試験のお知らせ

▶第1次試験日

- ①教養試験・論(作)文試験 9月18日(日)
- ②体力試験 口述試験 10月8日(土)、9日(日) の うち指定する1日

▶警察官 採用予定人員

- ①大卒区分:男性8人程度、女性2人程度
- ②大卒区分以外:男性26人程度、女性4人程度

▶受験資格

①大卒区分

平成元年4月2日以降に生まれた人で、学校教育 法による大学(短期大学を除く)を卒業した人、 または令和5年3月末日までに卒業見込みの人

②大卒区分以外

平成元年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人で上記①以外の人

▶受付期間

- ・郵送 (簡易書留)、持参 (直接下記受験申込先へ) 7/4 (月) ~8/19 (金)
- ・インターネット (県警ホームページから) 7/4 (月) ~8/15 (月)

URL: https://www.police.pref.nara.jp/

問・申 奈良県警察本部警務課採用係

〒630-8578 奈良市登大路町80番地 20120-351-204 (採用フリーダイヤル) 20742-23-0110 (内2624 担当・植松)

令和4年度 奈良県広域消防組合 消防職員採用募集案内【後期】

奈良県広域消防組合では、令和5年4月1日採用予 定の消防職員を募集します。

http://www.naraksk119.jp



▶募集区分 高校区分

▶募集詳細 令和4年8月上旬、ホームページにて掲載予定

圖 奈良県広域消防組合消防本部 人事企画課人事係 ☎0744-20-1119

8月は電気使用安全月間です

コンセントとプラグはいつもきれいにし

コンセントとブラグの間に 溜まったホコリが湿気を帯 び、放電が起き発火するお それがあります。コンセント とブラグは定期的に清掃し ましょう。



日常の暮らしの中で、電気を安全に、上手に使い ましょう

電気は便利な反面、使い方を間違えるとたいへん 危険です。電気は正しく安全に使いましょう。

間 関西電気保安協会 奈良支店 ☎ 0742-32-1371

全国一斉 「子どもの人権110番」 強化週間

いじめ・体罰・不登校・児童虐待など子どもの人 権に関わる問題について、人権擁護委員及び法務局 職員が無料・秘密厳守で相談に応じます。

3 0120-007-110

全国共通・無料ダイヤル 携帯電話・PHS使用可(一部IP電話不可)

- ▶期 間 8月26日(金)~9月1日(木)8時30分~19時(土日は10時~17時)※強化週間以外は平日17時15分まで相談可。
- ▶対 象 県内在住の児童・生徒及びその保護者
- ▶相談員 人権擁護委員及び法務局職員

問 奈良地方法務局人権擁護課 ☎0742-23-5457

オストメイトの方への 個別相談会を開催します

人工肛門・膀胱を持つようになり、1人で悩んだり苦労されている方を対象とし、日常生活や社会生活を元気に過ごしていただくため、個別相談会を開催します。※相談無料(申込不要)

開催日	8月16日 (火)	8月27日(土)
開催時間	9:00 ~ 12:00	9:00 ~ 12:00
会場	奈良県文化会館1階 第2会議室	奈良県社会福祉総合センター2階ボランティアルーム
	奈良市登大路町 6-2	橿原市大久保町 320-11

▶対 象

県内にお住まいのオストメイトの方

▶相談対応者

専門看護師、支部役員、ストーマ装具業者

問 公益社団法人 日本オストミー協会 奈良県支部 担当:川崎 ☎ 090-2110-5032

子育ての仕事就職フェア2022 開催します!(参加料無料)

- ▶**日 時** 9月3日(土)10:00~15:30 ※24法人参加予定
- ▶会 場 奈良県コンベンションセンター2階 ※近鉄新大宮駅徒歩10分
- ▶対象者 ・子育ての仕事に就職・転職希望の方
 - ・子育ての仕事に関心のある方
 - ・保育士、放課後児童支援員を目指して いる方
- ▶内 容 10:30~12:00 バックアップセミナー ※要申込 12:00~15:30

魅力ワクワク・ブースde面談

- ・保育・放課後児童クラブの仕事相談 コーナー
- ・無料キッズルーム お子様づれの方はご利用ください

問・**申** 奈良保育人材バンク ☎0744-29-0160





奈良県医師会より

「寒暖差疲労」とは

気温の寒暖差が大きいことにより、自律神経の働きが乱れ、体が疲れることを「寒暖差疲労」といいます。気温の変化に伴い、体は体温を一定に保つため自律神経を働かせて皮膚の血管を流れる血液量を調整したり、筋肉で熱を生み出したり、発汗して体温を下げたりします。気温差が大きいと自律神経が過剰に働き、大きなエネルギーを消耗して疲労が蓄積し、肩こりや頭痛、めまい、倦怠感(けんたいかん)、便秘、下痢(げり)、不眠などの様々な心身の不調をもたらします。慢性化すると、わずかな気温差でも不調を感じやすくなります。

寒暖差疲労をケアするためには乱れた自律神経を整えて、日常生活に適度な寒暖のリズムをつくり、自律神経をトレーニングすることが大切です。例えば、気温の高い昼は換気で外気を取り入れることで身体を冷やす、逆に気温の低い夜は温かい飲み物を飲むことで身体を温めるなどして、1日の中で意識的に寒暖差を

つけることが自律神経のトレーニングになります。この際、急激に身体を冷やしたり温めたりすると逆効果になるので注意しましょう。

自律神経を整えるには、

- ①身体の局所(筋肉や内臓)を温める
- ②散歩などの運動をする
- ③首肩の筋肉をストレッチする
- ④身体を温める食べ物を多くとる
- ⑤規則正しい生活(適度な睡眠と朝に太陽の光 を浴びること)
- ⑥38~41度の湯に首までつかり体の芯まで温め、 自律神経の集まっている首を温めることです。

自律神経は首だけではなく、耳の周りにも集中しています。耳をつまんで前後に回したりすることも自律神経の働きを整えるのに有効です。



国保中央病院より

国保中央病院に中国語医療通訳士がいます

中国語医療通訳士 植田智子

この度、日本医療教育財団が主催する医療通訳基礎 技能認定試験の中国語医療通訳士一級に合格した植田 智子です。

長年、いかに自分の語学力を生かせるのかと考えていました。そのような中、医療現場の役に立つ仕事をするのは、自分の使命と責務であると認識し、上司や諸先輩のご協力もあり、医療通訳士になることを決意しました。

医療通訳は、日本語が話せない外国人患者が適切な医療サービスを受けられるようにサポートするものです。

近年、日中国際交流を通じて、奈良にも中国人が増えています。国保中央病院に中国から来られた観光客をはじめ、企業に勤務している研修生、技術者、学生、 実業者、残留孤児及びその二世、三世並びにその配偶 者等の患者は少なくないようです。

しかし、言葉の壁だけではなく、文化の違い、生活 習慣、教育レベルなどの原因で、医療現場で医者と患 者の意思疎通が十分とは言えません。

外来での通訳をはじめ、入院、手術等、様々な場面で日本語に不慣れな外国人患者様が安心して医療を受けていただくために日々尽力しております。

私は、医療通訳士の職業倫理と行動範囲を守り、周 囲から信頼を得られる専門職の医療通訳士を務めます。

お困りの方がおられましたら、国保中央病院までお 問い合わせください。

問 国保中央病院 ☎0745-44-8800



「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**:1日·8日·15日·16日·22日·29日

問 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	В	時
申請	8月14日(日)	9 時~12時30分
受取り	8月14日(日)	9 時~13時00分
文以り	8月24日(水)	17時15分~19時

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

問·申 住民福祉課 ☎0745-44-3073

「自分は大丈夫」と思っていませんか?





●女性を狙った性犯罪に注意しましょう

「自分は大丈夫」と思っていませんか?

夜間外出する時や駅からの帰宅途中など、一人で歩くときは周囲に気を配り、被害に遭わないようにしましょう。

怪しい人を見かけたり、不審に感じることがあれば、 些細なことでも警察に相談してください。

★夜間外出する際や帰宅途中の防犯チェックポイント

- ・歩きながら携帯電話や音楽プレーヤーは使用しない。
- ・遠回りでも人通りのある道、外灯などで明るい道 を選んで通行する。
- ・深夜には、家族などに迎えに来てもらう。
- ・後ろを振り返るなど、周囲を警戒する。
- ・防犯ブザー等を活用しましょう。

●安全な登山のための「命を守る3要件+1」

今年も、8月11日「山の日」を迎えます。全国的に 山岳遭難の増加が懸念されるところですが、奈良県内 の山岳遭難件数は5月末現在で25件と昨年を上回る ペースで発生しています。

登山の際には

- ① 無理のない計画と引き返す勇気
- ② 十分な装備と食料の準備
- ③ 通信手段の確保

この3要件にプラスして「登山届の提出」をお願いします。登山届を作成することで、万が一、遭難事故にあった際には、捜索のための手がかりになると共に、ご自身が立てた登山計画に無理がないか再確認することにもなります。

登山届の様式や提出方法、山岳遭難に関する情報は 奈良県警察ホームページ「くらしの安全」に掲載して います。

●飲酒運転追放

夏の行楽期、帰省先や旅行先などで飲酒の機会が増 える時期です。

飲酒運転が引き起こす悲惨な交通事故は、被害者・加害者とその家族の人生に大きな影響を与えることは ご承知のことと思いますが、それでも飲酒運転はいま だになくなっていません。

飲酒運転をした人は「これくらいの量なら」「これくらいの距離なら」「少し休んだから」などと自己判断で運転した結果、取り返しのつかない重大な結果を招いてしまっているのです。

「飲んだら乗るな、乗るなら飲むな」を肝に銘じ、 飲酒運転は絶対にやめましょう。

圖 天理警察署 ☎0743-62-0110 / 天理警察署田原本警察庁舎 ☎0744-33-0110

●個人間取引でのトラブルが発生しています

チケットの不正転売 利用しないで

人気のコンサートやイベントのチケットはすぐに売り切れてしまいます。以前は、人気チケットを買い占め転売する業者が横行していました。

しかし、令和元年6月にチケット不正転売禁止法が施行され、チケットの不正転売や譲受が禁止となりました。しかし、転売禁止となっているチケットをネットオークションや事例のような個人間取引で手に入れたことによるトラブルがいまだに発生しています。

〈事例〉「○月×日のスポーツイベントのチケットあります。ほしい人連絡ください」という内容のSNSを見つけた。連絡を取ってみると、定価に2万円追加すれば譲ってくれるというので電子マネーで支払いをした。試合が近づき、電子チケットをダウンロードしようとしたができない。おかしいと思い連絡を取ろうとし

たが相手と連絡が取れない。(20代 男性)

今回の事例のような場合、相手と連絡が取れないとなると返金を求める方法がなくなり、解決は困難です。こうした取引は行わないようにしましょう。

〈転売によるトラブル例〉

- ・転売サイトでチケットを購入したが、転売チケット であることを理由に入場できなかった
- ・ネットオークションでチケットを購入。その公演が 中止になってしまったが代金を返金してもらえな かった。

チケットがほしい場合は正規のリセールサイトを利用しましょう。興行主の許可を得たものなので、定価で取引され、公演が中止となっても払い戻しの補償も受けられます。

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】				
8月 2日 (火) 川西田 16日 (火) 図書	至	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
_ / 3 H (N/) _	町役場3階	※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 ※相談専用	☎ 0745-44-3071 ☎ 0745-43-3588

「地域で起こっていること ~女性の生きづらさ、コロナ、暴力~」

▶日 時 8 月**23**日(火) 13:30~15:30

▶場 所 交流まちづくりセンターMiiMo 1Fホール

『地域で起こっていること ~女性の生きづらさ、 コロナ、暴力~』と題して、ウィメンズカウンセリン グ京都代表の竹之下雅代さんからお話をしていただき ます。

竹之下さんは1991年頃より女性や子どものための心理的支援を志し活動を開始。現在は日本フェミニストカウンセリング学会認定フェミニストカウンセラーとして暴力被害母子へのエンパワメントのためのカウンセリング、グループワーク、子育て支援に携わっています。

「女性が息苦しさや生きづらさを感じるのはなぜ?」 ぜひ竹之下さんのお話を聞きながら一緒に考えてみま しょう。 ※エンパワメント=本来持っている力を発揮し、自発 的に行動できるようにすること

問 教育総務課 ☎0745-44-2210

奈良県民手帳予約受付開始

2023年版の奈良県民手帳の予約受付が始まりました。表紙は県章の色すほう色と黒色

の2種類から選べます。

- ▶予約受付 8月19日(金)まで
- ▶販売価格 1冊 600円(税込) ※販売は10月上旬を予定しています。

問·申 産業振興課 ☎0745-44-3071

ヘルプマーク?

みなさんはヘルプマークを知ってい し、ヘルプマークをつけけた人が困っ ますか? 義足や人工関節を使用して ているようであれば、電車やバスで席 いる方、内部障害や難病の方、妊娠初 を譲る、災害時には安全に避難できる よう手助けをするなど、できる範囲で 期の方など、援助や配慮を必要として 援助をお願いします。また、記入式で いることが外見からは分からない方が います。そうした方々が、周囲の方に 財布などに入れて携帯できるヘルプ 配慮を必要としていることを知らせる カードもあります。詳しくは役場の住 ことで、援助が得やすくなるように作 民福祉課までお問い合わせください。

先日、同じ職場の人にヘルプマークの話をすると、その人もヘルプマークのことは知らなかったと言っていました。大阪からの帰りの電車で前に立った女性の方がヘルプマークをつけたバッグを持っていたそうです。マークのことを知らなかったのですが、隣にいた人からヘルプマークのことを聞き、慌てて席を代わったようでした。

成されたマークが、ヘルプマークです。

実は私もつい最近までこのことを知りませんでした。2012年に東京都が 作成し全国に広まったそうです。も 間 住民福祉課 ☎0745-44-3073







大和まほろば圏域ニュース

カントリーパーク大川

縄文時代早期の住居跡や押型文土器(縄文式)などが発見された大川遺跡を公園化した、歴史と自然の空間です。公園内には竪穴式住居があり、縄文時代の生活をうかがうことができます。

春には約200本の桜を見ながら、夏には満天の星空のもと、バーベキューやキャンプを楽しむことができます。

間 カントリーパーク大川管理事務所 ○ 0743-85-1021

※受付時間は8:30~9:30及び 12:30~13:30の間です ※予約の受付は2カ月前から(例:

※予約の受付は2カ月前から(例: 4月分の予約…2月1日から予 約開始となります)

※予約をキャンセルされる場合は 必ずご連絡ください



6月11日

空き家セミナー・個別相談会を開催しました



去る6月11日(土)、 三宅町まちづくり交流センターMiiMoにて、空き 家セミナー・個別相談会 を開催しました。

第1部のセミナーでは

予定を上回る18名のご参加をいただく中、特定非営利活動法人空き家コンシェルジュの代表理事 有江正太さんに「空き家の現状や相続関係、法律の改正など」について講演いただき、熱心にメモをとっておられる方や参加者間で情報交換をされている方もおられました。

第2部の相談会では、空き家コンシェルジュが11

組13名の皆様の個別相談に応じ、再度の相談を希望 される方や現地調査の予約をされる方もおられ、個々 の事情に応じた解決策について具体的に専門的なアド バイスを受けていただく機会となりました。

遠方よりご参加くださった方も多数おられ、関心を もってセミナー・相談会にご参加くださいましたこと に感謝申し上げます。

空き家について、随時のご相談もお受けできますので、下記までお問い合わせください。

問 土木管理課 ☎0745-44-3076

空き家コンシェルジュ ☎0744-35-6211

6月21日



令和4年春の褒章 紅綬褒章 人命救助阪口龍矢さん(石見)が受賞されました

「紅綬褒章」は自己の危険を顧みず人命救助に尽力した方に授与されます。阪口さんは、桜井市で発生した火災で、逃げ遅れた高齢者を救出した功績が評価されました。

問 総務課 ☎0745-44-2001

7月13日

三宅小学校で租税教室を行いました!



7月13日(水)に三宅 小学校の6年生を対象に 租税教室を行いました。 講師は前回に引き続き、 桜井納税協会女性部の岡 本様、西田様、塚本様に

務めていただきました。

「税金が使われている施設・建物はどれでしょう

か?」というクイズでは児童たちが積極的に前に出て、 身近な建物・施設のパネルで意見を出し合いながら答 えてもらいました。

最初は「税金はいらない」と言っていた児童たちも、 クイズや身近のものを例えとした授業をとおして、最 後には「税金は必要だ」と答えてくれるなど、税金の 大切さを知ってもらう良い機会となりました。

問 税務課 ☎0745-44-3072

\インスタフォローしてね♪ /



スマイル Instagram

言てくている

子育てに関する情報を お届けします。



育て掲示板

8月はお休みです。

次回は、9月8日(木) 「離乳食のおはなし」です。 問 健康子ども課(あざさ苑内) ☎0745-43-3580

スキップランド

8月はお休みです。

次回は、9月29日(木) 「子どもの応急手当·事故防止」です。

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、 気軽に保健師までお電話ください!

TEL: 0745-43-3580 (健康子ども課)



健診・相談

対象	日程	受付時間
1歳6か月児健診 (誕生日: R2.10.23~R3.2.2)	<mark>8/2</mark> (火)	13時30分 ~14時10分 (複数に分けて)
3歳8か月児健診 (誕生日: H30.9.25~H30.12.23)	<mark>8/23</mark> (火)	13時30分 〜14時30分 (複数に分けて)
3~5か月児健診 (誕生日: R4.3.8~R4.6.6)	<mark>9/6</mark> (火)	13時30分 ~14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。



※必ず、来所前に検温・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。

子育で世代包括支援センター スマイル

問 スマイル ☎0745-43-0667

スマイル広場

ぶどう組 2~5歳児の在宅児と	8/3 (zk)	プール・水遊び (雨天:室内遊び)
その保護者	8/17 (水)	プール・水遊び・誕生会 (雨天:室内遊び)
いちご組 満6か月になった	8/10 (水)	プール・水遊び (雨天:室内遊び)
在宅児とその保護者	8/24 (水)	プール・水遊び・誕生会 (雨天:室内遊び)

時間:10時~12時 ※要予約





リズム遊び

8/23 親子で歌や音楽に合わせて歌ったり、踊っ (火) たり、簡単な楽器を使ったりして遊びます

時間:10時~12時 ※予約不要

おはなし広場

8/16 保育者が絵本や紙芝居などの読み聞かせを します (火)

時間:10時~12時 ※予約不要

マイルパーク(8月は中止)

炎天下、遊具等が高温のため中止します。

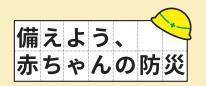
毎週金曜日

・スマイルのお部屋を開放しています ので、スマイルDayとしてご利用く ださい。

・8月利用の予約はいりません。

時間:10時~12時 ※予約不要

気軽にご参加くださいね。お待ちしています。



赤ちゃんが生まれてから災害への備えの見直しはしましたか。ミルクやおむつだけをとっても乳幼児の防災に必 要なことは通常の備えとは少し違います。8月30日から9月5日までは防災週間です。これを機に忙しい育児の中で ついつい後回しにしがちな災害への備えを改めて見直してみましょう。

いざ備えようと思っても、何からすればいいのかわからないという方もいらっしゃるかと思います。次の備えの 3STEPを参考にできることから始めてみましょう。

備えの 3 STEP

STEP 1 自分の状況を知る

ハザードマップや実際にもし災害が起きたらという視点で家の周りを歩いてみることで、もしもの時にどんなこと が起きるのかを想像しましょう。また平日の昼間に災害が起きた場合に家族がそれぞれどこにいるのかということ も確認し、必要なことを確認しましょう。

STEP 2 防災グッズを準備する

災害が起きた時のことを考えながら、自分に必要なものを準備しましょう。すぐに持ち出せるように防災グッズを 詰めたリュックサックには3日間分くらいを目安に準備しましょう。赤ちゃんを抱っこしながら避難することも想 定して重くなりすぎないようにしましょう。

STEP3 半年に1回見直す・普段から使ってみる

赤ちゃんの成長に合わせて必要なものは次々に変わっていきます。おむつのサイズや離乳食など定期的に見直して 今使っているものに更新をしていきましょう。また、せっかく備えたものがいざというときに使えなければ意味が ないので、おうち避難訓練を実施して実際に避難グッズを使ってみるのも良いですね。

避難するときに気を付けたい 4 つの場面



避難所への移動

トイレ・衛生管理

抱っこひもなどを活用し、両手が自由に使える状態 で避難するようにしましょう。家の中のわかりやす い場所に着脱しやすい抱っこひもを用意しましょ う。赤ちゃんの頭をすぐに守れるようなものも用意 しておくとさらに安心です。

おむつやおしりふきなどのシートは普段から多く 常備しておくようにしましょう。ママが使う生理 用品や母乳パッドの準備も忘れないように備えて おきましょう。赤ちゃんの健康状態がわかるよう に健康母子手帳のコピーを避難リュックに入れて おきましょう。

授乳・食事

普段母乳で育てていても、ストレスから一時的に母 乳が出にくくなることがあったり、赤ちゃん用の食 事が長期的に用意できなくなったりすることが考え られます。必要になるものは家庭にいつもよりも少 し多めに用意しておきましょう。

リラックス

災害時という特殊な環境では大人と同じく赤ちゃん もストレスを感じます。少しでも気持ちを和らげる ために、元気が出るためのおもちゃやお菓子などを 一緒に備えておきましょう。避難所での生活も想定 して音の出ないものや赤ちゃんが集中できるものが おすすめです。

おすすめ

ローリングストック

食料品や日用品を少し多めに 購入しておき、賞味期限の近 いものから使い、使った分だ け買い足すことで、常に一定 量の備蓄ができる方法です。 少し多めに買っておくだけな のでまずはここから始めるの も良いでしょう。

三宅町のお父さん、お母さんへ

備えをしておくことは地震や水害などの自然 災害が起きた時だけでなく、急な体調不良で買 物に行けなくなってしまったなどの、ちょっと した「もしも」にも役立つことがあります。今回 ご紹介したことを、いきなりすべてを備えるこ とは難しくとも、今日できることから始めてみ てはいかがでしょうか。

記事監修:ピジョン株式会社

三宅町職員採用試験のお知らせ (令和5年4月1日採用)

1 職種・採用予定人員・受験資格

職種	採用人数	受験資格	
一般事務	若干名	昭和63年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方で採用時に学校教育法による高等学校卒業以上の資格を有する方	
保健師	若干名	昭和63年4月2日以降に生まれた方で、保健師の免許を有する方又は令和5年3月末日までに取得する見込みの方	

2 試験日・会場・内容・合格発表

		1 次試験	2次試験	3次試験
受験日		令和4年8月28日(日)から令和4年9月11日(日)のいずれか1日で受験者が選択する日時(テストセンターにより会場日時及び時間が異なる場合がありますのでご注意ください)	令和4年10月 中旬予定	令和4年11月 中旬予定
受験会場		全国の SPI テストセンター会場	三宅町役場	三宅町役場
試験内容	一般事務	総合能力試験(SPI 3)	グループワーク	面接試験
内容	保健師	1次試験はありません	面接試験	
合格発表	日程	令和4年9月下旬予定	令和4年11月 上旬予定	令和4年12月 上旬予定
表	方法	三宅町HPに合格者の受験番号を掲載合格者 にのみ文書で通知		

3 試験申込み方法

申込期間 8月1日(月)~8月26日(金)

三宅町ホームページ(https://www.town.miyake.lg.jp)内の「職員採用試験のお知らせ」にある「申込はこちら」のリンクから、インターネット申込

- (1) 申込 → (2) 申込完了通知メール → (3) 当町での審査 → (4) 受験案内メール (受験者が即時受信) (受験者は待機) (受験者が受信)
 - → (5) 受験者は、自宅などWEB上で性格審査を受検した後、能力検査の実施日時を予約
 - → (6) 各自、テストセンター会場で能力検査を受験

4 問い合わせ先

総務課 0745-44-2001

