

# みやげ

MIYAKE



MiMo食堂  
第3期スタート!



三宅町交流まちづくりセンター MiiMoの中にある、ホッと一息つけるおいしい場所。それが「MiiMo食堂」です。複数の人が共同で使うキッチンである「シェアキッチン」の形態をとっている同食堂では、日替わりで様々な飲食店が出店し、訪れる人を楽しませています。8月からは新たな出店者の方々が登場します。「食文化の育成」や「地域でのチャレンジ支援」を体現する「MiiMo食堂」について、特集します。

# MiiMo 食堂ってどんなところ？

## 地域の食文化を育み、 飲食店のスタートアップ支援の場として誕生

MiiMo食堂は、地域の食文化を育み、飲食店のスタートアップ支援の場として生まれた施設です。ここには「自分のお店を持ちたい」「得意な料理で人を笑顔にしたい」といった夢を持った方々が集まり、自分らしいスタイルで営業しています。

三宅町は町内に飲食店が少ないという課題を抱えています。MiiMo食堂はその課題を解決するためのチャレンジの場でもあります。単に常設の店舗を置くだけでなく、日替わりでお店が入れ替わり、訪れるたびに新しい出会いや味があります。そして、ここでの経験を活かし、実際に町内で飲食店を開業された方もおられます。MiiMo食堂は、飲食店をした方々の応援の場でもあり、町内への飲食店誘致の側面も持つ施設なのです。

MiiMo食堂の一番の魅力は、地域の食文化を育みながら、まちに新しい賑わいを生み出しているところ。ある日は地元野菜をたっぷり使ったほっこり定食、ある日は手作りスイーツのカフェ、またある日は沖縄料理など、訪れるたびに「今日はどんなお店かな？」と楽しみになる場所です。さらに町内のお米、金ごま、サトイモなど地元食材を活かしたメニューもたく

さんあり、住民の皆さん目線でも「三宅町ってこんなにおいしいものがあったんだ」と、きつと再発見ができます。

この8月からは新たな出店者の方々が登場しました。次ページ以降に店舗紹介をしていますので、ぜひお気に入りのお店を見つけてみてください。MiiMo食堂は、どなたでも気軽に立ち寄れる場所です。館内のフリースペースや外のテラス席で、のんびりランチやカフェタイムを過ごすのもおすすめ。お子さん連れでも、お友達同士でも、お一人様でも大歓迎。食を通じて、まちの魅力を味わい、出店者の新たな挑戦を応援する…。そんな体験が、きつとあなたの日常をちょっぴり豊かにしてくれます。





シフォンケーキ



ハンバーグ弁当

## base café おたがいさん

デイサービス「mottoおたがいさんmiyake」から生まれた、地域のひとと高齢者の皆さんがつながる、あたたかい想いが詰まったお弁当のお店。施設内には小さな農園があり、利用者とスタッフが一緒に季節の野菜を育てています。そんな利用者の手加わった野菜や、心のこもった料理を「町のみなさんに味わってもらいたい」という思いが形になりました。

オススメメニュー

日替わり弁当



おたがいさん



カフェクラベース



プリンアラモード



ジンジャーバターライス

## 喫茶1475

「誰でも気軽に立ち寄れる喫茶店」の味とあたたかさを届けてくれるカフェ。どれもボリュームがあっておいしいと定評の食事やスイーツが看板です。屋号は、店主の原点ともいえる「奈良県曽爾村のキャンプ場『TOPOS』の住所(曽爾村伊賀見1475)」に由来しています。曽爾村の農家さんから直接仕入れた野菜など、地元奈良の食材にもこだわっています。

オススメメニュー

こだわりジンジャーバターライス



桃のケーキ



アップルパイとコーヒー

## 香まめカフェ

奈良県広陵町で焼き菓子工房を営む「こまめ焼菓子店」と、三宅町で自家焙煎コーヒー豆屋を営む「香豆舎」がタッグを組んだ季節のスイーツ×極上コーヒーのコラボカフェ。実店舗を持たず、イベント出店や卸売り、通販などでファンを増やしてきた両店だけに、奈良県産の材料や国産のオーガニック素材を中心に使ったお菓子と、世界各地の農園から厳選した豆を使ったコーヒーのハーモニーに注目です。

オススメメニュー

毎月変わる旬のスイーツと  
こだわりコーヒー



こまめ焼菓子店



香豆舎



アニマルマリトッツォ



鹿肉のデミグラスオムライス

## +met (たすめっと)

「会う(meet)」を通じて、お客様の「人生のお気に入りプラス(+)」できればと…というコンセプトで活動中のお店。パティシエが作る“かわいいスイーツ”と“ジビエ料理”という意外な組み合わせで、関西では珍しい動物モチーフのマリトッツォや、吉野奥山産のジビエを使った料理をお届けします。

オススメメニュー

アニマルマリトッツォ  
鹿肉のデミグラスオムライス



ロールケーキ



いろいろなお菓子

## Tarmy\* (たーみ)

地元の新鮮な食材を使った手作りスイーツが自慢のお店。川西町産のイチゴ「あすカルビー」や「古都華(ことか)」、三宅町産の金ごまやレモンなどを使用したお菓子は、ただおいしいだけではなく、「アレルギーがあっても安心しておいしいお菓子を食べてほしい」という想いで作られています。地域のイベントにも積極的に参加し、地元の農家や生産者と共に作り上げられたまさに「顔が見えるお菓子」です。

オススメメニュー

生クリームスコーン



シフォンケーキ



ロコモコ丼

## はなさき+からん

まるで海外旅行に出かけたような気分になれる本格的な多国籍ランチのお店「はなさき」とスイーツのお店「からん」がコラボを組んでパワーアップしました。インドネシアのジャカルタでの生活経験を活かしたナシゴレンをはじめとする多国籍料理と、ママの手作りのようなスイーツの両方を楽しむことができます。

オススメメニュー

ナシゴレン  
奈良産本葛を贅沢に使った葛クッキー



はなさき



からん



甘酒米粉グラノーラ



甘酒ビビンバ

## tumugu (つむぐ)

自宅で「おうち教室 tumugu」も主宰する管理栄養士の店主が手がける麺と米粉を使った「やさしいごはんとおやつ」が自慢のお店。地域で取れた旬の野菜やお米などを中心に、その時々  
の恵みを活かした素材で作られたメニューは、やさしい味わいで、多くの子育て世代や健康志向の方に支持されています。



オススメメニュー 発酵×旬×地元食材のワンプレートご飯



いろんな種類のパン



季節のサンドイッチ

## hiiva (ヒーバ)

奈良県田原本町で週に一度だけオープンする知る人ぞ知るパン屋さんがMiiMo食堂に登場します。国産小麦と自家製の天然酵母にこだわったパンを焼き上げるお店。その素朴で味わい深いパンは地元で愛され、販売日には行列ができるほどの人気店です。野菜はできるだけ奈良県産の旬のものを使用。「田原本まで行けなかった…」という方も、この機会にぜひお越しください。



オススメメニュー 季節の野菜サンドイッチ



油淋鶏と彩り野菜のマリネ



唐揚げ弁当(白身魚のチリソース)

## hanameshi

「食と笑いは奇跡を起こす」をモットーに掲げて、体にも心にも優しい中華惣菜のお弁当を届けてくれるお店。夫婦2人で営む。毎回完売続出の人気店で、唐揚げ、酢豚や豚の生姜焼きなどのおかずを、がっつり食べ応えがあるのに優しい味付けで提供し、幅広い世代に喜ばれています。三宅町産金ごまを料理に活用しているのも注目ポイントです。



オススメメニュー 唐揚げ弁当



無添加のチーズケーキ



チキンカツ弁当

## Kitchen nico (キッチン ニコ)

小柳で店舗をされており、「ヘルシーで美味しい」と評判のチキンカツが名物のお店です。管理栄養士の資格を持ち、長年にわたり学校や地域で食育・栄養指導に携わってきた店主により考え抜かれたメニューは栄養満点。特にチキンカツは「サクサクで脂っこくなくてあっさり、食べやすい」と幅広い世代に大好評です。



オススメメニュー チキンカツ弁当



かぼちゃのチーズケーキ



旬のもの弁当

## La Casita CHIRIN (ラ・カシータ チリン)

“みりんを楽しむお店”というちょっと気になるコンセプトのお店です。料理の一番の特徴は、基本的にお砂糖を使わず、みりんやお米の甘みで仕上げていること。店主が普段働いているみりん蔵で自ら手掛ける“昔ながらの本みりん”を使用して、季節の旬のものを提供しています。スイーツやみたらし団子なども大人気です。



オススメメニュー 月替わりの「旬のもの弁当」



クッキー



米粉フィナンシェ

## 米粉菓子 Irodoru

奈良県産の米粉を使った焼き菓子のお店が新規出店。「Irodoru」のお菓子は、見た目の可愛らしさに加え、体にやさしい素材選びが特徴で、奈良県産「ひのひかり」の米粉を100%使用し、小麦粉は一切使っていません。もっちり、しっとりした食感とほんのり優しい米粉だからこそその味わいのマフィンやフィナンシェをぜひご賞味ください。



オススメメニュー 米粉マフィン



悪魔のフレンチトースト



りんごぱん

## みいものこびとぱん

美味しいパンを届けてくれる人気のパン屋さん。店頭には季節ごとのモチーフをかたどったパンやユニークな名前の創作パンがずらり。ハロウィンにはお化けの形をしたパン、クリスマスにはツリーや雪だるまのパンなど、季節を感じられる工夫がされています。小ぶりで可愛いパンは、子どもでも無理なく食べられるちょうど良い大きさ。中高生や習い事前の親子連れにも大好評です。



オススメメニュー

だし巻き卵サンド



季節の食材を使ったポターージュ



ポターージュセット

## カジさんのポターージュ

季節の野菜のおいしさをぎゅっと詰め込んだポターージュ専門店です。奈良県「なら食と農の魅力創造国際大学校」でフランス料理を学んだ店主が、奈良県産の食材を生かしたポターージュを考案しています。お店では、季節ごとにその時期に一番おいしい地元野菜を主役に据えたポターージュが登場。地元野菜をふんだんに使用し、野菜そのものの優しい甘さと旨みを届けてくれます。



オススメメニュー

季節の食材を使ったポターージュ



心の体も癒やされるコーヒー



野菜たっぷり全粒粉ピザ

## knock-on (ノック オン)

長年にわたり町内の小学校で子どもたちに教えてきた先生が営むカフェ。失敗してもまた立ち上がり、仲間とともに前へ進んでいくという想いが込められたラグビー用語が語源の店名の通り、前向きな優しい店主がハンドドリップで丁寧に淹れたコーヒーは絶品。地元のお店と連携したパンやクッキーと合わせて、心も体もほっと癒してくれます。



オススメメニュー

ハンドドリップで丁寧に淹れたコーヒー



オリジナル泡盛ボトル



大東寿司

## 近日や

ゴーヤーチャンプルーやソーキそばといった沖縄本島の定番料理から、大東寿司など離島・南大東島の珍しい郷土料理まで、幅広い島グルメを提供する小さな沖縄料理の専門店。沖縄で6年間修行した店主が作るメニューとゆんたく(沖縄の方言でおしゃべり)は、三宅町に沖縄の風を吹かせてくれます。



オススメメニュー

もずく天ぷら

## ロゴのコンセプト

MiiMo食堂は、曜日ごとにさまざまなお店の食を楽しむシェアキッチンです。

この多様性を表現するため、ロゴの文字は数種類のフォントを組み合わせてデザインしています。

マークはカトラリーが回転するような構成とし、日替わりの楽しさやにぎわいを表現しています。

また、今後もMiiMo食堂が多くの方に愛される場所であるよう、ロゴの輪郭はあえて少しざらつきのある線にすることで、親しみやすくあたたかい印象を加えました。

三宅町パブリックデザイナー  
清野 萌奈(地域おこし協力隊)





## ■ 図書スタッフの推し本・発掘本

### ● いのちのおはなし 日野原重明、村上康成 講談社



今年のMiiMoで開催された朗読発表会で知った絵本。作者は105歳で逝去された名医。100歳の頃10歳の子供たちに「いのちの授業」をされた。いのちとは？「これから君たちが生きていく時間。それがいのち」なんだ。(あ)

### ● それでも僕は夢を見る 水野敬也、鉄拳 文響社



「第一志望には受からなかった。好きになった人には振り向いてもらえなかった」から始まる『夢をかなえるゾウ』の水野敬也とパラパラ漫画の鉄拳がタッグを組み、モノクロの絵と静かな余韻を残す物語。しっとり泣けてほんわか温かくなります。(と)

### ● お江戸吉原ものしり帖 北村鮭彦 新潮社



大河ドラマ「べらぼう」にはまっています。この本、ドラマでは紹介しきれない吉原の風習・文化が網羅されていて興味深いのです。花魁道中の足運びの作法、店ごとに花魁の言葉使いが異なったこと等々。時代小説好きの方におすすめします。(さ)

### ● 愛のエネルギー家事 めぐるお金と幸せ 加茂谷真紀 すみれ書房



お金は、今ほしいもの、今やりたいことに使わないと！自分が幸せと思うことや、他の人にお金を使うとなぜかお金に困らない？支出は愛情。やさしさもお金めぐるります。そんなお金の価値観を教えてくれる1冊です。(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。

- ・たまに取り出せる褒め 室木おすし KADOKAWA
- ・月とアマリリス 町田そのこ 小学館
- ・往来絵巻 貸本屋おせん 高瀬乃一 文藝春秋
- ・パトカーの うーたくん 正高もとこ 岩崎書店
- ・ブースプレス 朝比奈杏 Gakken
- ・ライオンのくにのネズミ さかとくみ雪 中央公論新社
- ・ぼくのねこ ポー 岩瀬成子/松成真理子 PHP研究所
- ・バラクラバ・ボーイ

ジェニー・ロブソン/もりうちすみこ他 文研出版

- ・たった2℃で…キム・ファン/ジョン・ジンギョン 童心社
- ・ぼくの色、見つけた！ 志津栄子/末山りん 講談社
- ・スラムに水は流れない

ヴァルシャ・バジャージ/村上利佳 あすなる書房

- ・わたしは食べるのが下手 天川栄人 小峰書店
- ・銀河の図書室 名取佐和子 実業之日本社
- ・「コーダ」のぼくが見る世界 五十嵐大 紀伊國屋書店
- ・夢も金もない高校生が知ると得する進路ガイド

石渡嶺司 星海社

- ・ほどなく、お別れですそれぞれの灯火 長月天音 小学館
- ・それいけ！平安部 宮島未奈 小学館
- ・YABUNONAKA—ヤブノナカー 金原ひとみ 文藝春秋
- ・このオムライスに、付加価値をつけてください

柿内尚文 ポプラ社

### ● 図書スタッフのつぶやき ●

秋になると美味しいものがあふれてきます。中でもケーキ屋さんのショーケースにモンブランが並んでいるとつい選んでしまいます。ご存じの方も多いかもしれませんが吉野にある洋菓子店に季節限定で賞味期限が1時間という和菓をふんだんに使ったモンブランがあると聞いてからもう何年になるかしら。今年こそ行ってみたい。 四姉妹・次女(と)

### 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/](https://web.dlibrary.jp/miimo_lib/)



火 11:00-15:00 +met	火 9/9 16:00-18:00 hiiva	水 9/3 12:00-14:00 カジさんのポタージュ	水 9/10 11:00-14:00 hana meshi	水 9/17 11:30-15:30 tumugu	水 9/24 11:30-15:00 La Casita CHIRIN
木 11:30-18:00 はなさき + からん	木 9/25 11:30-15:00 kitchen nico	金 11:30-15:30 base café おたがいさん	金 9/12.26 17:00-20:00 近日や	土 9/6 11:30-15:30 米粉菓子 Irodoru	土 9/27 10:30-15:00 hiiva
日 9/7 11:30-15:30 Tarmy*	日 9/14 11:00-15:00 喫茶1475	日 9/28 10:00-19:00 香まめカフェ	MiiMo食堂 9月出店カレンダー		

### 便利な証明書コンビニ交付サービスをご利用ください

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

証明書コンビニ交付サービスとは、マイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機(キオスク端末)で、住民票の写し、印鑑登録証明書、所得証明書及び課税証明書が簡単に取得できるサービスです。

#### <コンビニ交付のメリット>

- ①全国のコンビニエンスストアなどで利用できます。
- ②土曜日・日曜日・祝日でも利用できます。  
(※システム休止日を除く)
- ③6時30分~23時まで利用できます。
- ④交付手数料は1通200円で、役場窓口より100円お得です。

※利用の際は、利用者証明用電子証明書暗証番号(数字4桁)が必要になります。

### おとなの栄養相談

☎ 健康子ども課 ☎0745-43-3580

管理栄養士による食生活の相談。健診結果で、食習慣の見直しが必要だと言われた方、食生活を変えたいと思われる方は、お気軽にご利用ください。

日時：9月10日(水) 13時15分~16時15分

場所：あざさ苑 1階 相談室

対象：三宅町在住・在勤の方

定員：3名 参加費無料

申込方法：電話・来所・メール

申込期間：9月5日(金)まで

Mail : kenkou@town.miyake.lg.jp

件名に「おとなの栄養相談」、本文に「名前、住所、生年月日、電話番号」を記入

### 産前産後期間の国民年金保険料が免除になります!

「国民年金第1号被保険者」が出産した際に、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。

#### ●免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間(以下「産前産後期間」といいます)

多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間

※産前産後期間は付加保険料は納付できます。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産をいいます。(死産、流産、早産された方を含みます)

#### ●手続きをするメリット

産前産後期間の免除制度は「保険料が免除された期間」も保険料を納付したのと同じとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

#### ●対象者

「国民年金第1号被保険者」で出産日が平成31年(2019年)2月1日以降の方

※国民年金の任意加入期間は対象になりません。

#### ●届出時期

出産予定日の6カ月前から出産後も届出可能

※速やかに届出ください。

#### ●届出先

保険医療課または桜井年金事務所

届出用紙は日本年金機構ホームページからダウンロードできます。

ホームページはこちら

☎ 桜井年金事務所 ☎0744-42-0033

保険医療課 ☎0745-44-3074



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

# 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

## 住民福祉課（環境担当）からのお知らせ

☎0745-44-3077

重要

### 台風などの災害に備えて…

#### ●災害ごみを減らすことにご協力を！

9月は防災月間といわれ、台風などの災害が多い季節です。災害時には、通常の「生活ごみ」だけでなく、大量の「災害ごみ」が発生します。また、ごみの収集や処分を行う事業者やごみ処理施設が被害を受けた場合、生活ごみを含めごみの排出ルールが大きく変わる可能性があります。このようなことが予測されるため、普段から不要になったごみを処分しておくことが大切です。使えない・使わなくなった家電製品、家具などはリユースやリサイクルを意識して対応しましょう。災害が起こると、壊れて危険なだけでなく、汚れたりすることでリユースやリサイクルができなくなります。



また、ごみの収集や処分を行う事業者やごみ処理施設が被害を受けた場合、生活ごみを含めごみの排出ルールが大きく変わる可能性があります。このようなことが予測されるため、普段から不要になったごみを処分しておくことが大切です。使えない・使わなくなった家電製品、家具などはリユースやリサイクルを意識して対応しましょう。災害が起こると、壊れて危険なだけでなく、汚れたりすることでリユースやリサイクルができなくなります。

#### (災害ごみを減らすための方法)

- ①リサイクルショップなどを利用して使わなくなった家電や家具などを処分しましょう。
- ②粗大ごみリクエスト収集を利用してごみを減らしていきましょう。
- ③一時多量ごみ持ち込み制度を利用してごみを減らしていきましょう。

#### ●ごみ収集日カレンダー拡大版について

今年度から、ごみ収集日カレンダーの配布方法が変更され、広報の折り込み（2カ月に1回、奇数月）にて配布を行っています。「届いていない」「なくしてしまった」という方は、三宅町ホームページもしくは、住民福祉課の窓口でお受取りいただけます。

また、みなさまからのご意見をもとに、**ごみ収集日カレンダー拡大版をホームページに掲載**しておりますので、ご確認ください。

### リサイクル袋の交換期限について

みなさまのご理解・ご協力が進めて参りました、リサイクル袋（緑・青色）の交換ですが、多くの町民の方が交換を行っていただいております。

つきましては、この度、リサイクル袋の交換期限を設けさせていただきます。どうぞご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

#### リサイクル袋の交換期限 令和8年3月31日まで

※交換をされる方はお早めにお願ひします。  
※リサイクル袋は、今後も資源ごみの袋として使うことができます。

#### ●あきびんを出すときのお願い

4月より分別収集の変更について、みなさまのご理解・ご協力により順調にごみの回収ができていくことに感謝いたします。



さて、この度、あきびんの回収についてみなさまにお願いがあります。あきびんは、これまで町指定のもえないごみ袋（30ℓ）に入れて出していたいただきましたが、4月より市販の45ℓの透明もしくは、半透明の袋をご使用いただくよう変更いたしました。その際、収集時に袋が破れるなどの問題が発生しています。また、あきびんを45ℓ袋いっぱいに入れて搬出すると途中で袋が破損する可能性もありますので、**なるべく余裕を持って袋に入れていただくか、小分けにして出していただけると収集時の危険が回避されます**ので、みなさまのご理解・ご協力をお願いいたします。

### 粗大ごみのリクエスト収集

- 📞 住民福祉課へ**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。

☎0745-44-3077

粗大ごみを処分する場合には、電話予約が必要です。

### 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

☎0745-44-3077

## 特定健診 (健康診査) について

☎ 健康子ども課 ☎0745-43-3580

特定健診は、メタボリックシンドローム・生活習慣病を早期発見し、予防・改善につなげることを目的としています。また、必要な方には特定保健指導を無料で受けていただきます。自身の健康チェックとして定期的な健診の受診と生活習慣の見直しは、心筋梗塞や脳卒中など大きな病気の発症を予防し医療費も抑制されます。対象となる方には、特定健診(健康診査)等の受診に関するアンケートを4月にお送りしています。このアンケートが申込書になりますので、返送がまだの方は、至急返送してください。

**日時:** あざさ苑での集団健診は11月4日(火)、5日(水)  
医療機関での個別健診は令和8年3月末日まで(後期高齢者医療保険加入者は令和8年1月末日まで)の受診期限となります。

**料金:** 500円

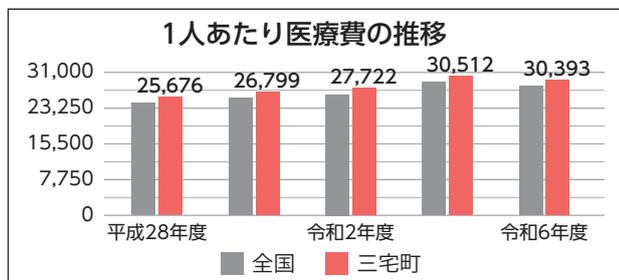
**対象:** 三宅町国民健康保険、後期高齢者医療保険にご加入の方

**申込方法:** アンケート用紙の返送、電話、窓口

**申込場所:** 健康子ども課(あざさ苑内1階)まで

**申込期間:** 申込がまだの方は至急お申込ください。

### ○三宅町国民健康保険医療費について



高齢化や医療の高度化、生活習慣病の増加などにより医療費は増加しています。医療費は、保険料と税金でまかなっているため、医療費が増えると、みなさんの負担する保険料が増えることになります。

- ★三宅町の医療費も年々増加しています。
- ★全国平均よりも三宅町国民健康保険加入者の1人あたり医療費は高い傾向にあります。

### ○令和6年度 病気別医療費の順位について (三宅町国民健康保険加入者)

	1位	2位	3位	4位	5位	6位	7位	8位	9位	10位
入院 + 外来	慢性腎臓病(透析有)	糖尿病	統合失調症	不整脈	白血病	大腸がん	関節疾患	脂質異常症	肝がん	うつ病
外来のみ	慢性腎臓病(透析有)	糖尿病	肝がん	脂質異常症	高血圧症	乳がん	腎臓がん	不整脈	膀胱がん	狭心症

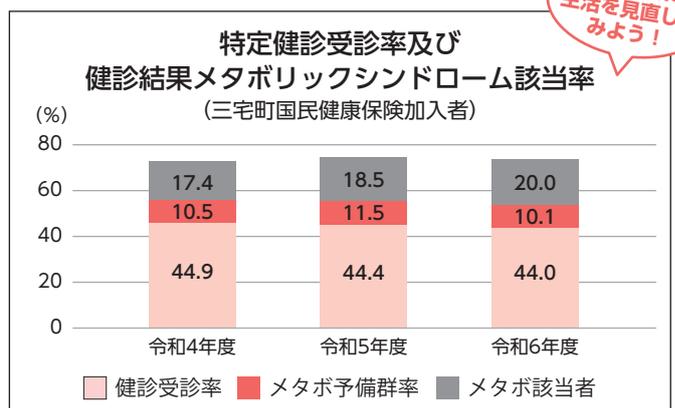
※□は、生活習慣を変えることで予防することができる病気

- ★生活習慣を変えることで予防できる病気が多いことが分かります。生活習慣を変えないまま生活を続けると、脳梗塞や心筋梗塞に罹るリスクが高くなります。

### ○特定健診受診者、未受診者における1人あたり医療費 (三宅町国民健康保険加入者)

令和6年度 入院+外来	三宅町	県
特定健診受診者	27,360円	24,040円
特定健診未受診者	47,200円	44,920円

- ★特定健診を受けている人の医療費は、受けていない人のおよそ半分です。



## 道路の汚損防止にご協力をお願いします

☎ 土木管理課 ☎0745-44-3076

住民の方から、道路に泥が散乱しているとの苦情が多く寄せられています。

道路法第43条では、道路を汚損するなどを禁ずることが明文化されています。

トラクターなどの各種農業機械で作業をした後に田畑から公道等に出る際には、機械に付着した泥を拭き取ったり、タイヤを水洗いするなどの対応をしてから走行していただくようお願いいたします。

公道等に落ちた泥や土のかたまりによって、通行の支障となったり、歩行者や自転車等の転倒や交通事故の原因となる可能性があります。

やむを得ず公道等に泥や土を落としてしまった場合には、清掃するなどのご対応をいただきますようお願いいたします。

### 【参考】道路法第43条【道路に関する禁止行為】

何人も道路に関し、左に掲げる行為をしてはならない。

- ①みだりに道路を損傷し、又は汚損すること。
- ②みだりに道路に土石、竹木等の物件をたい積み、その他道路の構造又は交通に支障を及ぼすおそれのある行為をすること。

【みだりとは】 正当な権限又は正当な事由に基づかない場合

## 9月は「屋外広告物適正化月間」です

奈良県は多くの歴史文化遺産と一体をなす歴史的風土と自然環境に恵まれた地です。

これらの貴重な自然・歴史景観と調和した屋外広告景観を創造するため、以下の取り組みを連携して進めていきましょう。

- 1 景観を阻害している違反屋外広告物の追放
- 2 屋外広告物条例の遵守及び屋外広告物制度の周知・啓発
- 3 屋外広告物の掲出に際する安全管理の徹底

なお、屋外広告物を掲出する場合は町長の許可が必要です。また屋外広告業を営む場合は奈良県知事の登録が必要です。屋外広告物の設置の際は必ず登録業者に依頼しましょう。

近年、屋外広告物が原因となる事故が増えています。安全確保のためにも屋外広告物の定期的な点検をお願いします。

## 令和7年9月三宅町議会 第3回定例会 会期日程(予定)

日程が変更になる場合があります。  
傍聴を希望される方はご確認の上、来庁ください。

9月	開始時間	内容
2日(火)	10時	議会開会 (提案説明・諸報告)
4日(木)	9時30分	議会再開(一般質問)
8日(月)	9時30分	決算審査特別委員会 (総務建設)
9日(火)	9時30分	決算審査特別委員会 (福祉文教)
11日(木)	9時30分	常任委員会(総務建設)
12日(金)	9時30分	常任委員会(福祉文教)
19日(金)	10時	議会再々開(委員長報告等)

## 困ったらひとりで悩まず行政相談

9月、10月は行政相談月間です。総務省では、県内5カ所で、国の行政などに関する相談を受け付ける1日合同相談所を開設します。アドバイスや専門相談機関をご案内します。相談は無料・秘密厳守です。お気軽にご相談ください。

☎ 総務省奈良行政監視行政相談センター

☎0742-24-1100

詳細は  
こちらから



## 令和6年度の定額減税にかかる不足額給付(6月号からの補足)

☎ 税務課 ☎0745-44-3072

### ●不足額給付の概要

令和6年度に所得税・住民税の定額減税が実施され、減税しきれない方に対し、その差額を「調整給付」として支給いたしました。

令和7年度に実施する「不足額給付」は、調整給付の支給額に不足が生じた場合などに、追加で不足分を支給するものです。

### ●不足額給付の対象者

令和7年1月1日時点で住所が三宅町にあって、以下の「不足額給付Ⅰ」または「不足額給付Ⅱ」に該当する方(ただし、本人の合計所得金額が1,805万円以下である場合に限ります。)

#### 不足額給付Ⅰ

令和6年分として確定した定額減税額が、令和6年度に実施した定額減税額(令和5年の所得による推計額)を上回った方に対して、その差額を支給します。

#### (不足額給付Ⅰの対象となりうる例)

- ・令和5年所得に比べ、令和6年所得が減少したことにより所得税額が減少した方
- ・令和5年に比べ、令和6年の税法上の扶養親族等が増加した方
- ・令和6年度の調整給付後に令和6年度住民税所得割が減少となる税額更正があった方
- ・令和5年所得が無く、令和6年所得があった方

#### 不足額給付Ⅱ

次の1~3の給付要件をすべて満たしている方に対して、1人あたり原則4万円(定額)を支給します。

1. 令和6年分所得税及び令和6年度住民税所得割額ともに定額減税前税額が0円である。(本人として定額減税の対象外)

2. 税法上の扶養親族の対象外である。(扶養親族等として定額減税の対象外)

3. 低所得世帯向け給付(※)対象世帯の世帯主、世帯員に該当しない。

※低所得世帯向け給付

- ・令和5年度住民税非課税世帯への給付(7万円)
- ・令和5年度住民税均等割のみ課税世帯への給付(10万円)
- ・令和6年度新たに非課税世帯もしくは均等割のみ課税世帯となった世帯への給付(10万円)

#### (不足額給付Ⅱの対象となりうる例)

- ・青色事業専従者、事業専従者(白色)で非課税の方
- ・合計所得金額48万円超の方で非課税の方

### ●通知及び支給時期等

不足額給付の対象となる方に対して、順次郵送によりお知らせをした上、預金口座に振り込みいたします。返送等の手続きは不要です。(令和7年11月末までに支給完了の予定です。)

税務課において口座情報のない方や、その他確認が必要な方、不足額給付の受取を辞退される方には、その旨提出をお願いする場合があります。

なお、ご自身が不足額給付の対象となるかについてのご質問には、回答に時間がかかりますことをご了承ください。

#### 《還付金詐欺にご注意ください》

国税庁や都道府県・市区町村から「〇〇の還付を受けられるので」などと切り出し、個人情報や電話やメールでお聞きしたり、ATMの操作をお願いすることはありませんのでご注意ください。

## 祝 長寿! 9月15日は敬老の日

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

毎年9月の第三月曜日は「敬老の日」です。

三宅町では現在100歳以上の方が2名おられます。70歳を超えても、はつらつと活動されている方にもたくさんお会いします。いつまでも笑顔で元気にすごせるよう、みんなで支えあう優しい地域を目指しましょう。

### 今年度百歳を迎えられる方

- ・大正14年4月1日~大正15年3月31日生まれ  
2名(男性1名 女性1名)

### 米寿 満88歳の方

- ・昭和12年1月1日~12月31日生まれの方  
57名(男性20名、女性37名)

### 古希 満70歳の方

- ・昭和30年1月1日~12月31日生まれの方  
86名(男性37名、女性49名)

※令和7年7月20日現在

町では、今年度に百歳を迎えられる方、今年中に米寿・古希を迎えられる方々へ、お祝いの品をお贈りしています。

## 法務局からのお知らせ

☎ 奈良地方方法務局中和支局 ☎0744-22-3045

### 自筆証書遺言書保管制度

自筆証書遺言書保管制度は皆さんの遺言をきちんと伝えるための制度です。

遺言書を作成して相続手続きをスムーズに行います。

- ・遺言書の紛失、改ざんの防止
- ・家庭裁判所の**検認不要**
- ・相続人等への**保管の通知**
- ・保管手数料 3,900 円

遺言書の内容は法律の専門家へ相談をお願いします。手続きには、予約が必要です。

詳細は  
こちらから



### 相続登記申請の義務化

令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されました。

※正当な理由がなく義務に違反した場合、10万円以下の過料が科されることがあります。

- ・相続を知った日から 3 年以内に登記を
  - ・義務化前の相続も対象（令和 9 年 3 月までに）
  - ・今なら、相続登記の免税措置が拡大されています。
- 相続・登記の専門家への相談もご検討ください。  
登記の手続きは法務局のホームページをご覧ください。

詳細は  
こちらから



## 応急手当普及員講習のご案内

令和7年度の応急手当普及員講習を開催します。応急手当普及員は、心肺蘇生法やAEDの使い方など、応急手当の大切さを地域の皆さんやご自身が所属する事業所の仲間に伝えることができる資格です。家族や地域の安心を支える”応急手当の伝え手”として、あなたも活躍してみませんか？

日 時：10月15日(水)～17日(金)の3日間  
8時30分～17時30分まで

場 所：奈良県広域消防組合消防本部  
橿原市慈明寺町149番地の3

定 員：先着20名

申込期間：9月18日(木) 8時30分～10月2日(木)  
17時まで(先着順となります)

申込方法：電子申請(オンライン申請)

詳しくは奈良県広域消防組合のホームページ「各種応急手当に関するご案内」ページ内にある「令和7年度応急手当普及員講習案内書」をご確認ください。

ホームページは  
こちらから



☎ 奈良県広域消防組合  
磯城消防署救急課  
☎0744-33-2461



9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分～15時45分 ②17時30分～18時  
休業日：1日・8日・15日・16日・22日・29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・交付	9月24日(水)	17時15分～19時00分
更新	9月28日(日)	9時00分～13時00分

※休日・夜間窓口で手続きされる方は、事前の予約が必要です。住民福祉課へお電話ください。  
※最終受付時間は、終了30分前になります。

☎・☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

## 相談窓口

相談種類	日時	場所 内容	予約・申込期間	予約・申込先 お問い合わせ先
1 人権相談 行政相談 予約不要	9月18日(木) 13時～15時	あざさ苑 2階 和室	申込不要	☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073
2 こころとからだの 健康相談 予約不要	月曜日～金曜日	あざさ苑 1階 健康子ども課	申込不要	☎ 健康子ども課 ☎0745-43-3580
3 教育相談 要予約	月曜日～金曜日 9時～17時	役場 1階 教育総務課	随時受付	☎ 下記の申込フォーム <a href="https://forms.gle/Gb4jMCS4YKN2Cktrm7">https://forms.gle/Gb4jMCS4YKN2Cktrm7</a> ☎ 教育総務課 ☎0745-44-3079
4 障害者相談 (身体障害・知的障害) 要予約	月曜日～金曜日 9時～17時	地域生活支援センター ひまわり 三宅町伴堂847-3	随時受付	☎ 地域生活支援センターひまわり ☎0745-42-1320
4 障害者相談 (精神障害) 要予約		生活支援センター いろは 田原本町保津5-5		☎ 生活支援センターいろは ☎0744-32-7753
障害のある方ご本人や、ご家族からの相談に応じ、必要な情報の提供、助言などを実施します。				
5 小児科医・ 産婦人科医・ 助産師 オンライン相談	<p>★夜間相談：平日18時～22時まで(10分間相談予約制) LINEのメッセージチャット・音声通話・動画通話により相談ができます。</p> <p>★いつでも相談：24時間メールによる相談を受け付けます。WEBサイトから相談内容をお送りいただくと、24時間以内に小児科医、産婦人科医、または助産師からの回答が送られます。</p> <p>町ホームページ：<a href="https://www.town.miyake.lg.jp/soshiki/17/1267.html">https://www.town.miyake.lg.jp/soshiki/17/1267.html</a> LINEの友達追加で利用できます。三宅町民だけの合言葉で会員登録すると、<b>無料</b>で利用ができます。合言葉については、健康子ども課へお尋ねください。</p>			 小児科  産婦人科

### 「法の日」週間記念無料法律相談

☎ 奈良弁護士会 ☎0742-22-2035

#### 日時・場所

10月2日(木) 9時30分～12時、13時～15時30分

奈良弁護士会(奈良市中筋町22番地の1)

10月6日(月) 9時30分～12時、13時～15時30分

経済会館(大和高田市大中106-2)

相談時間：1人30分(先着10名)

予約方法：電話予約

受付期間：9月2日(火)～9月24日(水)まで

平日：9時30分～17時

※ただし、空きがあれば前日まで予約受付可

### アイヌの方々からの 様々なご相談をお受けします

日常生活でお困りごと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。相談無料、匿名可、秘密厳守

※本相談事業は、(公財)人権教育啓発推進センターが、厚生労働省生活相談充実事業により実施するものです。

☎ 電話：0120-771-208(フリーダイヤル)

☎ 日時：月曜日～金曜日 9時～17時

※祝日、12月29日～1月3日を除く

☎ 公益財団法人 人権教育啓発推進センター

〒105-0012 東京都港区芝大門2-10-12

KDX芝大門ビル4階

## 町営住宅入居者募集のご案内

☎ 土木管理課 ☎0745-44-3076

## 入居住宅

町営住宅上但馬団地 2戸

住所:三宅町大字屏風250-8(83号)  
三宅町大字屏風250-9(103号)

構造:木造2階建 4DK

家賃:三宅町町営住宅条例第14条による家賃  
(世帯全員の所得で計算)

入居予定日:令和7年10月1日(水)

## 入居資格

- ・令和7年8月末日を基準として、それ以前より三宅町に住まれている方
- ・現在、住宅に困窮している方(持ち家がない方等)
- ・市町村税・公共料金の滞納がない方
- ・夫婦・親子を主体とした家族(世帯を不自然に分離していない)
- ・単身入居は65歳以上の方

・連帯保証人がいること

・基準月収額が15万8千円以下の世帯(裁量世帯は21万4千円以下)等

募集期間:9月1日(月)~9月12日(金)

※受付は、9時~17時(土・日は除く)

申込方法:入居を希望される方は、三宅町役場分庁舎 土木管理課へ「町営住宅入居申請書」を取りに来ていただき、必要書類を添えて申し込んでください。

必要書類:世帯全員の住民票・所得証明書・

町税等滞納有無調査承諾書

公開抽選:申込者多数の場合は、公開抽選で入居者を決定します。

抽選日:9月19日(金) 14時~

場所:三宅町役場3階 第1会議室

## 不動産表示登記無料相談会

☎ 奈良県土地家屋調査士会 ☎0742-22-5619

## 日時・場所

9月11日(木) 14時~16時

大和郡山市中央公民館(三の丸会館)

大和郡山市南郡山町529-1

10月15日(水) 14時~16時

王寺町防災コミュニティセンター(いずみスクエア)

北葛城郡王寺町本町4-645-1

実施方法:対面 予約方法:電話

内容:境界問題、表示登記に関する相談会

目的:専門知識を生かした社会貢献  
資格制度のPR

相談料:無料 相談対応者:土地家屋調査士

光のパレードに使用する  
ガラス瓶を集めます

☎ 健康子ども課 ☎0745-43-3580

毎年開催している「光のパレード」では、住民の皆さまよりガラス瓶を提供いただき、キャンドルホルダーとして活用しています。今年度も、11月1日(土)に開催する予定としておりますので、ご協力いただきますようお願いいたします。

提供いただきたいガラス瓶の大きさ:口径5cm以上、高さ5cm以上10cm未満(大きすぎると活用できませんので、できるだけ指定の大きさのガラス瓶を提供ください)ラベルは剥がしてください。

収集場所:三宅町保健福祉施設「あざさ苑」内  
健康子ども課

日時:10月31日(金) 12時

癒し・憩う・安らぐ我が家

入居者募集

充実の医療体制

積極的な地域交流

面会・外出も自由

大和高田/葛城/築山/田原本/榛原

ご本人もご家族も笑顔になれる幸せの住まい

お問い合わせ  
資料請求  
ご見学・ご相談

ベルライフグループ

24時間 問い合わせ  
☎0120-24-4165 9時30分  
~17時30分

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

町民公開講座

～知ろう!守ろう!腎臓は健康の要(かなめ)～

☎健康子ども課 ☎0745-43-3580

今年は場所をあざさ苑からMiiMoに変えて開催します!

腎臓は、老廃物を尿として身体の外に出し、体内をきれいに保つ働きや血液に関するホルモンをつくるなど、健康の要(かなめ)となる働きをしています。

慢性腎臓病(CKD)は、この大切な働きを妨げる病気で、成人の8人に1人がかかっていると言われるとても身近な病気です。

正しい知識を身につけて、予防と早期発見を心がけましょう。

講師:奈良県立医科大学地域医療学講座

教授 赤井 靖宏氏

(日本腎臓学会認定腎臓専門医)

奈良県立医科大学附属病院

管理栄養士 中尾 美芳氏

日時:9月30日(火)

13時30分~15時25分 受付:13時~

場所:MiiMoホール

対象:三宅町在住・在勤者

定員:50名

料金:無料

申込方法:健康子ども課に電話またはメール

申込期間:9月22日(月)まで

Mail:kenkou@town.miyake.lg.jp

件名に「CKD講座希望」、本文に「名前、住所、生年月日、電話番号」を記入

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、会員を募集しています!

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(マーじゃん)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。

現在、男性、女性を合わせて20名程の方が参加されております。

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:毎週土曜日 13時~17時

場所:三宅町保健福祉施設「あざさ苑」内

対象:町内在住の男女(昔、麻雀をされた方等)

入会金:1,000円

参加費:1回につき700円

★女性 **麻雀教室** ご希望の方は別途ご連絡ください。  
親切丁寧にお教えいたしますので、お気軽にお問い合わせください。但し、2名以上で開催いたします。

入会金:不要

参加費:1回につき700円

★全員で独自の麻雀大会および食事会を行っています。

☎三宅町健康麻雀推進クラブ 代表:植村 住一

☎090-3996-8738 0745-56-2593



健康麻雀推進クラブ 活動の様子

## 令和7年度 明日香養護学校 第2回体験学習について

県立明日香養護学校では、肢体不自由のある幼児児童生徒、及び病弱教育対象生徒に対して、本校への入学等を考えるための学校見学会や体験学習を行っています。

詳細につきましては、以下の内容をご覧ください。

### 対象

- ・次年度肢体不自由教育部門への入学を希望される年長児、小学6年生、中学3年生とその保護者、担任
- ・次年度病弱教育部門への入学を希望される中学3年生とその保護者、担任

### 実施日

#### 「肢体不自由教育部門」

小学部：10月29日(水)13時20分～15時

中学部：10月22日(水)13時～15時

高等部：10月15日(水)13時～15時

#### 「病弱教育部門」

高等部 10月15日(水)13時～15時

なお、今後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。

☎ 教育支援部 ☎0744-54-3380 (担当:辻)

## シルバー人材センター 会員入会説明会

シルバー人材センターの入会説明会を開催いたします。磯城郡内に居住する60歳～78歳までの方、ぜひご参加ください。

日時：9月12日(金)10時

場所：あざさ苑1階 会議室

☎ 公益社団法人磯城郡シルバー人材センター

☎0744-34-2054 (担当:野木)

## 職場のお悩み、ご相談ください 休日・夜間労働相談会を開催します

弁護士、労働組合役員、企業役員などの経験豊富な委員が三者一組となり、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に応じます。1人30分程度で要予約(先着)。

### 日時・場所

#### 休日労働相談会

日時：10月5日(日)13時30分～15時30分

場所：奈良県産業会館

(大和高田市幸町2-33)

#### 夜間労働相談会

日時：10月9日(木)18時30分～20時30分

場所：奈良県庁(奈良市登大路町30)

対象：1、県内に在住または在勤の労働者  
2、県内に事業所のある事業主

費用：無料

申込方法：事前予約制。ホームページから申込

<https://www.pref.nara.jp/64001.htm>

「あっせん」「不当労働行為の救済」にも対応しております。お困りごとがございましたら気軽にご相談ください。

☎ 奈良県労働委員会事務局

☎0742-20-4431

申込は  
こちらから



### 医療法人 池田医院

**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

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**

- 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
- くすみ
- ニキビ

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

☎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

内視鏡専門医による胃カメラ・大腸カメラをしています

**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・消化器内科・腎臓内科**

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

**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**

- 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

いけだ とみかず 池田 富一 名譽院長  
いけだ だいすけ 池田 大輔 院長  
いけだ なつこ 池田 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

## 自衛官等採用種目のご案内

### 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：9月16日(火)～11月28日(金)  
 一次試験日：11月29日(土)～12月4日(木)うち1日を指定

### 防衛医科大学校学生 (医学科・看護学科)

医学科は医師、看護学科は保健師・看護師である幹部自衛官を養成する学校。卒業後、約6週間の幹部候補生学校の教育を経て、それぞれの国家試験合格後に幹部自衛官となります。

資格：高校等卒(見込含む)  
 18歳以上21歳未満  
 受付：医学科：7月1日(火)～10月8日(水)  
 看護学科：7月1日(火)～10月3日(金)  
 一次試験日：医学科：10月25日(土)  
 看護学科：10月18日(土)

詳細は  
こちらから

☎ 自衛隊奈良地方協力本部

橿原地域事務所

☎0744-29-9060

URL：https://www.mod.go.jp/pco/nara/

お気軽にお問い合わせください



### 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

### 防衛大学校学生(一般)

幹部自衛官を養成する学校。卒業時「学士」の学位が授与されます。卒業後、陸・海・空の各幹部候補生学校を経て幹部自衛官となります。

資格：高校等卒(見込含む)  
 18歳以上21歳未満  
 受付：7月1日(火)～10月16日(木)  
 一次試験日：11月1日(土)

### 予備自衛官補(一般)

予備自衛官への道を公募制にした制度。採用後に規定の教育訓練を受け予備自衛官に任官します。

資格：18歳以上52歳未満  
 資格：5月24日(土)～9月11日(木)  
 試験日：9月13日(土)～29日(月)うち1日を指定

広告



HP

## 中尾精肉店

☎0745-56-2501  
三宅町上但馬187-5



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時迄にお願い致します。

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 大和広域高校グラウンド  
5階 約150名

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




## 9月21日(日)～30日(火)は 「秋の交通安全県民運動」です



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

### 【「交通事故にあわない・交通事故をおこさない」ために】

#### ①横断歩道は「歩行者優先」

車のドライバーは、横断歩道で歩行者が渡ろうとしている時は一時停止しましょう。歩行者は、手をあげてドライバーに横断する意思表示をしましょう。

#### ②反射材の活用

夕暮れ時や夜間に歩行者が関係する事故が発生しています。夕方・夜間に歩いて買い物に出かける時、早朝のウォーキングの時などには反射材を身に付けましょう。

#### ③自転車の安全な利用

自転車に乗る時はヘルメットを着用し、左側通行などの交通ルールを守って安全に走行しましょう。

#### ④バイクの交通事故に注意

バイクはバランスを崩しやすい乗り物です。速度を抑えて、車間距離を十分に空けて走行しましょう。

#### ⑤飲酒運転は悪質な犯罪

飲酒運転をした人、車を貸した人、お酒を提供した人、同乗した人、全てが処罰対象です。これは車のみならず自転車でも同様です。飲酒運転を社会から根絶しましょう。

## マイナ保険証(マイナンバーカードの健康保険証)を 医療機関や薬局で利用していますか？

国保中央病院より  
医事課

令和6年12月2日以降、従来の保険証は新たに発行されなくなり、「マイナ保険証」を基本とする仕組みに移行しています。(※令和6年12月2日時点で有効な健康保険証は、最大1年間有効とする経過措置が設けられています。)

医療機関でマイナ保険証を利用するメリットとしては、次のようなものがあります。

1. 医療機関や薬局に受診等した際、「診療・薬剤・特定健診情報の提供」に同意すると、他の医療機関で受診された「診療・薬剤・特定健診情報」を、医師や薬剤師が閲覧でき、より多くの情報に基づいた診療を受けることが可能となります(※顔認証付きカードリーダーで「閲覧に同意する」を選択した場合のみです)。

また、同意していない情報が閲覧されることはありませんし、提供した診療情報等は、診療・投薬以外の用途に使用されることはなく、個人情報の取り扱いには十分な注意が払われています。

2. 突然の手術や入院で高額な医療費が発生した場合でも、事前の申請や高額な立替払いをせずに、高額療養費制度が適用され、一定額以上の支払いが不要になります。

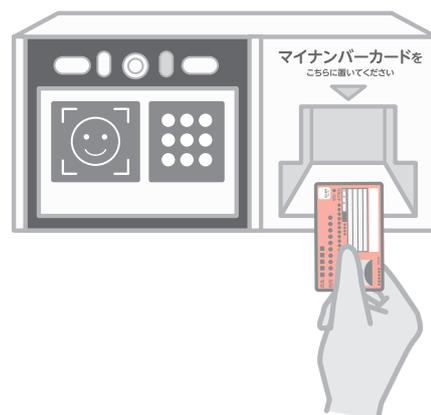
また、同意していない情報が閲覧されることはなく、提供した診療情報等は、診療・投薬以外の用途に使用されることもなく、個人情報の取り扱いには十分な注意が払われています。

国保中央病院及び国保中央病院訪問看護ステーションにおいても、マイナ保険証を利用できる体制を整えております。マイナ保険証のご利用方法は、当院の窓口を設置されている顔認証付きカードリーダーにマイナンバーカードを置いていただくことで、簡単に受け取ることができます。但し、各種医療証※(公費負担医療受給者証・乳幼児医療費証・特定疾病療養受療証・介護保険証等)の確認はマイナンバーカードで行うことができないため、すべてご持参ください。

ご使用方法等ご不明な点等ございましたら、お気軽に職員までお問い合わせください。

※各種医療証認識システムについては、今後導入予定であります。

開始日は改めてホームページにてご案内させていただきます。



# 太陽光発電システムの点検商法に注意しましょう

産業共創課 ☎0745-44-3071

事業者から「太陽光発電設備の点検が義務化された。」などと言われて、太陽光発電システムの無料点検を勧められたり、太陽光パネルの洗浄等の契約を迫られたという相談が全国の消費生活センター等に寄せられています。

〈国民生活センター発表〉

### 【相談事例】

事業者が訪問してきて「太陽光パネルの点検が法律で義務化されたので、無料で点検する。パネルによる火災事故が起こっている。」などと説明され、後日、ドローンを飛ばして点検した。事業者から「パネルをサーモモニターで確認したら、赤くなっているの、今後パネルを長期間使用するためには、洗浄とコーティングが必要。」と言われ、約

40万円の契約をしてしまった。ネットで調べた娘から騙されているので解約するよう言われた。

### 【消費者へのアドバイス】

- ・事業者から「点検が義務化された。」などと言われても安易に契約せず、まずは点検が本当に必要かどうかを太陽光発電システムを契約した業者に確認しましょう。点検の義務対象であるかどうかは、各設備が該当する関連法令により異なります。
- ・太陽光発電システムの点検やメンテナンスの契約をする場合は、その場で契約せずに複数社から見積もりを取り検討しましょう。

消費生活相談窓口 (川西町との広域連携事業) 毎週火曜日	9月2日(火)16日(火) 10時~15時	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事など)について/相談員:消費生活相談員(国から認定) ※川西町と三宅町ともに同じ相談員が対応します。	川西町役場 住民保険課 ☎0745(44)2611
	9月9日(火)22日(月)30日(火) 10時~15時	三宅町役場 3階 第2会議室		三宅町役場 産業共創課 ☎0745(44)3071 相談専用 ☎0745(43)3588

## 人権コラム

# 人権作文集「くらしをみつめる子ら」から

教育総務課 ☎0745-44-2210

今年も人権作文集「くらしをみつめる子ら」が発行されました。この人権作文集には、奈良県内の乳幼児のつぶやき(子どもたちのつぶやきを書き留めたもの)や小学生、中学生の作文が、計41作品綴られています。

家族や友達のこと、仕事のこと、戦争や平和に関する事、同和問題に関する事、ジェンダーに関する事等が綴られています。

そんな中で、普段、あまり考えていなかったけれど、そんなこともあるんだと再認識させられたことがあったので紹介します。

まず、1つめは、「ハーフ」という言葉についての作品です。「ハーフではなくダブルと考えている」という話は何度か耳にしてきましたが、今回はその視点ではありません。「初めて会う人でも、顔を見ただけで、「日本とどこのハーフですか。」と聞いてくる。「僕は日本人じゃないのかな。」聞かれるたびにそう思う。」と綴られています。また、「日本人の持つハーフに対するイメージは恐ろしい。「ハーフは美しい」や「カッコいい」、「英語が話せる」などのイメージのせいで自殺を図った人たちが多くいるのが事実だ。」とも綴られています。そして、最後には、「人は、相手のことを知らず、知ろうともしないから

傷つけてしまう。たとえ知らなくても、知ろうとすることが大事だ。僕はそう思う。」と綴られています。

次に、「感覚過敏」に関する作品も2作品掲載されていました。

その1つめは、友達の大きな声やたいこの音、ピストルの音などの大きな音が、本人にとってはすごくしんどくて、こわく感じるという「聴覚過敏」のことです。イヤーマフを着用することを決断し、学級の友だちに伝えたことで、周りの友だちが理解し、協力してくれるようになったという内容です。

2つめは、妹の嗅覚や味覚の感覚過敏の話です。自分や周りの人にとっては少しの違和感であっても、妹にとっては、そのことで、教室に入れなかったり、給食が食べられなかったりする。だけど、リモートを利用しながらみんなの協力もあって…という内容です。この作品の最後は、「今、世界には沢山の匂いであふれています。ありふれた匂いに苦しんでいる人がいるということを私は知ってほしいです。感覚過敏の人が正直に気持ちを伝えられるような社会にしたいです。その気持ちを聞いて、…、暮らしやすい世の中にしたいです。」と綴られています。

## てんいち先生





# まだ『認知症』は遠い存在ですか？

今年度(2025年)には、「65歳以上のおよそ5人に1人が認知症になる」と予想されており、全人口で見ても約17人に1人が認知症になる可能性があると思われています。

認知症は年々増加傾向にあり、誰にとっても無関係ではいられないのです。



## 認知症であっても、なくても 認知症の方が家族にいても、いなくても 認知症ガイドブックをご活用ください

「認知症ってどんな病気?」「どの病院にかかればよい?」などの疑問に答え、認知症の方とその家族の不安を少しでも軽くできるようにと作成したものです。ご入り用の方は三宅町保険医療課までお問い合わせください。



## 専門的な医療にかかりたい

### 認知症疾患医療センター

#### 奈良県立医科大学付属病院

住所 橿原市四条町840

TEL 0744-22-3132

#### 社会医療法人平和会 吉田病院

住所 奈良市赤田町1-7-1

TEL 0742-45-6599

#### 一般財団法人信貴山病院

#### ハートランドしぎさん

住所 生駒郡三郷町勢野北4-13-1

TEL 0745-31-3345

#### 医療法人鴻池会 秋津鴻池病院

住所 御所市池之内1064

TEL 0745-64-2069

その他、物忘れ相談・診療医療機関もあります。詳しくは、奈良県医師会ホームページをご覧ください。

HP <http://nara.med.or.jp>



### 認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かい目で見守る応援者です。

認知症サポーター養成講座を受講すれば、どなたでもサポーターになることができます。三宅町では、定期的に講座を実施しています。

### ものわすれ相談会

10月23日(木)

午後(※予約制)

詳細は社協だより9月号に掲載しています。



# 9月は『アルツハイマー月間』です。 いま認知症のこと、考えてみませんか？

## お散歩カフェOPENしています

認知症の方やご家族、地域の方が、お散歩の途中に気軽に参加できて自由に話せる場を提供したいとの思いでボランティアスタッフによって運営されているカフェです。

三宅町公式  
note掲載中



## カフェ運営に関心がある方へ

三宅町では、「認知症カフェ運営補助金」があります！  
保険医療課にお問い合わせください。

# 『この町で暮らしたい』『やっぱりこの町がいい!』 私たちの当たり前前の願いを叶えるために

## 高齢者見守りネットワーク事業

### ①GPS端末機器貸出に対する補助

GPS(位置情報サービス)を定期的に発信する携帯型見守り専用端末利用の初期費用を補助します。

※ランニングコストが別に必要です。

### ②QRコードシール無料配布

事前登録していただくと、QRコードシールを交付します。発見した方がQRを読み込むと、役場や地域包括支援センターの連絡先が表示され、発見・保護に繋がります。

<QRコードシール見本>



家族のことで心配ごとがある。自宅で介護がんばってきたけれど・・・  
ご自分のことをご相談ください

### 三宅町役場 保険医療課

住 所：三宅町伴堂689(庁舎内)  
電 話：0745-44-3074(直通)  
時 間：8時30分～17時15分

### 三宅町地域包括支援センター

住 所：三宅町伴堂848-1(あざさ苑内)  
電 話：0745-43-2522(直通)  
時 間：8時30分～17時30分

## 地域おこし協力隊 活動日誌

9月の担当  
佐伯 雄

いつもありがとうございます。地域おこし協力隊コミュニティマネージャーの佐伯です。イベントを通じた新しいコミュニティの形成を担当しています。

昨年の8月に就任し、この記事を書いている7月初旬、早いもので一年が過ぎようとしています。日頃より三宅町について学ばせていただいている住民の皆さんや、MiiMoスタッフのご協力により、イベント企画の流れができてきました。

3月4月、8月とMiiMoのホールにて寄席を開催し、クラブビール「金ごまエール」の発表試飲会を6月に開催させていただきました。

この一年足らずの期間で「誘える住民の皆さん」ができたこと、また足を運んでいただけたことが、自身の活動を後押ししていただいているのだと実感しました。

今後も役場から与えられたミッションに邁進しつつ、住民の皆さんを気軽に誘えるような関係性を構築し、新しいコミュニティをつくり、三宅町をもっと楽しく住みやすい町と感じられるような取り組みに寄与できるよう努めます。

さて、2012年から家庭菜園をたしなんできましたが、6月に猫の額ほどの畑を町内で借りることができまして、「金ごま」・「綿」を栽培しています。

畑を借りる以前は、雨が降ると「かなんなあ〜」と思うことが多かったですが、いまは「雨降れ!ええ感じに降れ!」と、天気予報とにらめっこする毎日です。

広報が配布される時期には「金ごま」・「綿」を使ったイベントをMiiMoや多目的処みやあで開催しているかと思いますので、またお気軽にお立ち寄りいただければ幸いです。



金ごまの苗

まちの話題

PHOTO NEWS

8月8日

## 今月のBEST SHOT

### 第75回「社会を明るくする運動」 ～健やかな青少年を育む三宅の集い～

犯罪や非行のない明るい社会の実現をめざすため「健やかな青少年を育む三宅の集い」が8月8日(金)三宅町文化ホールで開かれました。

会場では、200人を超える参加のもと、オープニングに磯城地区更生保護女性会による踊り「愛をみ

んなで」から始まり、前年度作文コンテスト作品の発表、三宅幼稚園による歌とダンスが披露され、ホール内において薬物乱用防止パネルの展示などが行われました。

☎ 住民福祉課 ☎ 0745-44-3073





## 子育て掲示板

問 健康子ども課（あざさ苑内） ☎0745-43-3580

### ふくろうらんど

#### 離乳食のおはなし

～子どもの成長に合わせた進め方～

お子さんの成長に応じて食材や形状、回数などステップアップが必要な離乳食。どうしたらいいのかな～と思ったら、管理栄養士さんに相談してみよう!

- ▶日時 9月4日(木) 10時～12時(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
- ▶開催場所 保健福祉施設あざさ苑1階集団指導室
- ▶料金 無料
- ▶申込方法 電話またはメール
- ▶申込期間 9月3日(水) 17時まで

問 健康子ども課 ☎0745-43-3580

### スキップランド

#### 「発達&子育て相談会」

自我の芽生えとともに、自己主張ができるようになってきます。お母さん、お父さん、どう対応しようか迷うことも多々あるかと思います。疑問や解決のヒントを話しあってみませんか。

- ▶日時 9月25日(木) 10時～12時(受付:9時50分～)
- ▶対象 生後1歳すぎ～幼児園就園前のお子さんと保護者
- ▶定員 5組
- ▶開催場所 子育て世代包括支援センタースマイル(MiiMo3階)
- ▶料金 無料
- ▶申込方法 電話またはスマイルのInstagramのDMでも可能です
- ▶申込期間 9月24日(水) 17時まで

問 申 子育て世代包括支援センター スマイル ☎0745-43-0667



### 子どもの健診

対象	日程	受付時間	持ち物
3～5か月児健診 (R7.3.11～R7.6.9生)	9/9(火)	13時00分～13時15分	母子健康手帳 問診票 バスタオル (乳児のみ)
6～8か月児相談 (R6.12.19～R7.3.17生)	9/17(水)	9時30分～10時00分	
2歳6か月児歯科健診 (R4.12.27～R5.3.11生)	9/11(木)	9時30分～9時50分	
9～11か月児健診 (R6.10.9～R7.1.7生)	10/7(火)	13時00分～13時15分	

場所：三宅町健康子ども課内(保健福祉施設あざさ苑1階) 料金：無料  
大切な健診なので、必ず受けましょう。欠席の場合は、別日を案内しますので、必ず連絡ください。郵送での個別案内はありません。電子母子手帳アプリ「みやけっこ」での案内となります。最近転入された等、問診票をお持ちでない方はご連絡ください。

問 健康子ども課 ☎0745-43-3580

### 三宅町子ども家庭総合相談窓口

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。お気軽にご相談ください。

●三宅町子ども家庭総合相談窓口(代表番号)

☎0745-43-3580

●親と子のほけん室(保健師)

☎090-9726-0568

●子育て家庭のお悩み相談室(公認心理師・社会福祉士)

☎080-5724-6212

## 子育て世代包括支援センター スマイル

問 申 スマイル(交流まちづくりセンター MiiMo3 階) ☎0745-43-0667

### ふれあい広場

【ラッコ組】 満6か月～ 5歳児の在宅児と その保護者	9/3(水)	音楽絵本コンサート
	9/17(水)	秋祭り 誕生会

時間：10時～12時 ※要予約

### パパママ広場

9/24(水) 10時～12時	内容：筆文字アート ※要予約
--------------------	-------------------

### 一時預かり：コアラの部屋

9/9(火) 9時～16時	満6か月からのお子様をスマイルでお預かりします。利用人数は、最大3名までとなります。料金などの詳細は、予約時にご確認ください。※要予約
------------------	---

### スマイルパーク

毎週 金曜日 10時～11時30分	三宅幼児園の園庭の遊具や砂場で遊びます。(天候や気温によってはスマイルDayに変更する場合があります。)※要予約
-------------------------	--

### 対象

町内在住の満6か月から就学前の児とその保護者、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。(1人100円)



スマイル Instagram

### スマイルDay

スマイルの部屋を自由開放しています。お家の方と一緒に遊びに来ませんか。※お昼ご飯も持参していただけます。※土日祝を除きます

### 土曜日スマイルDay

9/6(土)	<利用時間> 9時30分～12時 <利用> 町内在住の就園児含む 5歳児以下とその家族 ※毎月第1、第3土曜日(祝日除く)にスマイルの部屋を自由開放しています。
9/20(土) 9時30分～12時	

### スキップランド

9/25(木) 10時～12時	1歳を過ぎた子どもと保護者が参加できます。保健師が子どもの発育や食事の相談に応じてくれます。 ※要予約
--------------------	---



気軽にご参加ください。お待ちしております。



## 三宅小学校で租税教室を行いました

7月15日(火)、三宅小学校の6年生36人を対象に租税教室を行いました。講師は、桜井納税協会女性部の岡本様、塚本様、畠井様に務めていただきました。生活に身近な税金である消費税のクイズでは、飲食店に支払う金額が軽減税率によってどのようになるかを考えてもらいました。また、町内の身近な施設や建物のうち、税金が使われている建物を当てるクイズでは、児童たちが活発に意見を出し合っていました。その他にも聞き慣れない税金があることも知ることができました。アニメ動画では、もし税金のない世の中になったらどれくらい不便な暮らしになるのかということが描かれていました。最初は「税金はないほうがいい」と答えていた児童たちも、税金が果たす役割を知り「やっぱり税金は必要」と答えてくれていました。



問 税務課 ☎0745-44-3072