

# みやげ

MIYAKE

三宅の“農”の今





特集

# 三宅の農の今

町の新しいブランド米

「みやけのひかり」が生まれました

2025年12月、三宅町産特別栽培米「みやけのひかり」の販売がスタートしました。「みやけのひかり」は、化学肥料や農薬をできるだけ控え、町内の農家の方々が心を込めて育てた、三宅町発の新たなブランド米です。農業の担い手の高齢化や人手不足、耕作放棄地の増加など、さまざまな農業の課題に直面する三宅町では、現在、農産物のブランド化や販路の拡大、担い手の育成・支援などに力を入れています。今回は、その取り組みの一つである「特別栽培米」に注目。生産者の想いや、町が進める施策についてお話を伺いました。

(取材：三宅町地域おこし協力隊 山川)

昨年12月4日、交流まちづくりセンターMiimono内のホールで「三宅町特別栽培米講習会」が開催されました。町内で水稲(すいとう)などを栽培する生産者15名を含む、計20名が参加。特別栽培米について学び合う、町では初めての取り組みとなりました。講習会では、役場産業共創課の担当者に加え、町と農業分野で連携している株式会社坂ノ途中(京都市)の担当者、そして実際に特別栽培米を栽培している町内農家3名の方々が登壇しました。後半には参加者がグループに分かれ、「三宅町で特別栽培米を広げるために何が必要か」をテーマに意見交換を実施。農家同士がつながり、それぞれの工夫や悩みを共有する、貴重な時間となりました。

## 特別栽培米とは？

今回新たに誕生した三宅町産特別栽培米「みやけのひかり」。特別栽培米とは、化学肥料や農薬の使用量を、奈良県が定める慣行栽培基準の50%以下に抑えて栽培したお米のことです。残留農薬のリスクが低く、人の体にやさしいだけでなく、土壌や水質汚染の軽減にもつながります。生態系への影響を抑えられる、環境にもやさしい栽培方法です。

今回登壇した3名の町内農家の方々は、農林水産省が認定する「環境にやさしい農業」の取り組みのうち、「温室効果ガス削減効果について最高評価となる「★3つ」を獲得しました。これまでのためまぬ努力がこうして「見える形」で国からも評価されています。「手間がかかる」「収穫量が落ちる」といったイメージを持たれがちですが、現在慣行栽培を行っている農家の中にも、実は基準を満たしている方がいるなど、それほど大きな違いはないそうです。2025年産の特別栽培米の収穫量は、10アールあたり500〜600kg。大幅に収穫量が減るわけではないことも分かっています。



# 生産者の想いとはー

講習会では、町内で特別栽培米に取り組む3名の農家の方々が、それぞれの想いを語ってくれました。そのうちの1人、畑中さんは、「孫が『じいじ、お米おいしいよ』と言ってくれるのがうれしくて、それなら頑張つて作ろうと思いました。」と話します。畑中さんは、学校給食へのお米の提供や、小学生の農業体験にも協力するなど、地産地消にも力を入れています。また、木原さんは「手間をかけすぎず、できるだけ薬剤を使わないこと」を目標に掲げています。除草剤や肥料のコスト、環境への影響に配慮しながら、持続可能な農業を模索してきました。「これからも、おいしいお米を作つて、皆さんに喜んでもらえたら」と意気込みます。そして、10年以上の試行錯誤を経て、独自の栽培方法を確立した吉田さんは、「農薬による健康被害のニュースを見て、せめて自分が作る分だけでも農薬を減らしたいと思った。」と、栽培を始めたきっかけを語ってくれました。現在は「完全無農薬」に取り組み、水量管理や種もみの温湯消毒など、自然環境に配慮した工夫を重ねています。

土づくりから水加減まで、日々丁寧に田んぼと向き合う農家の皆さん。その根底にあるのは、「三宅の農業を次の世代につなごう」という共通の想いです。畑中さんは、「1人でも多くの方に『みやけのひかり』を栽培してもらい、ブランド化に協力して

いただけたらうれしい」と参加者に呼びかけました。

## ”三宅の農の未来を照らす”ひかり“へ

こうした生産者を一人でも増やしていきたいという思いで、町では人と環境にやさしい、持続可能な農業の実現に向けた取り組みを進めています。また、特別栽培米の生産者に対する補助金をはじめとしたさまざまな支援を行っています。今後は、ふるさと納税の返礼品としての出品や、町内外のイベントへの出展などを通じて、さらなるPRを進めていく予定です。

「みやけのひかり」という名前には、「太陽のひかりをいっぱい浴びて育つたお米が、三宅の未来につながる希望のひかりになるように」という想いが込められています。ヤマト王権時代から受け継がれてきた、1500年以上の歴史ある農の営み。その伝統を大切にしながら、新しい挑戦を続ける三宅町の農業にとって、「みやけのひかり」は新たな一歩です。



## 特別栽培米の補助金とは

三宅町では、環境にやさしい農業を推進するため、令和6年度から、町内の圃場で販売を目的に特別栽培米を生産する農業者に対し、補助金を交付しています。令和8年度以降も補助事業を継続し、生産支援を行います。



## 三宅町初の新たな米作り

主食用米の特別栽培に加え、需要が高まっている米粉用米の試験栽培に挑戦しました。昨年は奈良県で広く栽培されている「ヒノヒカリ」ではなく、米粉としてパンやスイーツ製作などにも適しているとされる品種「笑みたわわ」を栽培しました。収穫した米粉は、学校給食やMiiMo 食堂などでの活用を検討中です。今後、関係者の意見を取り入れながら、本格的に栽培するにあたりどの程度の需要が見込まれるかその可能性を探っていきます。



# 「三宅の金ごま」の可能性

育てて気づいた、

## 金ごまの面白さ

—栽培して気づいたことは何かありましたか

葉がめっちゃ繁茂するんですよ。背丈も自分の身長より大きくなって、180cmくらいになりました。向こうの景色が見えなくなるっていうのがわかったときに、「何かできそうやな」って。それで畑の規模を大きくして、迷路みたいなのを作って、農とエンタメを組み合わせることができれば、農家さんともつながれるし、イベント的なこともできると思いました。なので今年は迷路制作を視野に、耕作放棄地を使って450平米くらいで作ります。4月中旬に種をまいて、6月から7月くらいの茂った時期に、日中は暑いから朝と夕方に畑を開放するつもりです。イベントは夜にホラーイベントみたいなのができたらいいなと思っています。



—収穫した金ごまはどう活用する予定ですか？

少し迷っています。ビールにしたいけど、セサミオイルみたいなのもいいかなって。ちょうど今、三宅町で実施している 起業プログラム「Palette(パレット)」を通して、知り合った方で、セサミオイルはありじゃないかとお話いただいたんです。それも含めていろいろ考え中です。

今は中身だけじゃなくて、茎とかサヤも全て有効利用しようと思っています。サヤは(陶芸品などに塗る)釉薬(ゆうやく)にしようかと挑戦したけど、全然ダメでした(笑)。茎も竹みたいに強度があるんです。だから照明器具とかにできないかな、と。いろいろ試行錯誤中です。

金ごまから広がる、

## 三宅町の未来

—最後に、金ゴマを通じて実現したいことは？

金ごまに限らず、三宅町で農業が広がるといいなと思っています。ちょっとした家庭菜園でもいいから、土いじりをする人が増えて、耕作放棄地が0になればいいな。そこから発展して、三宅町は楽しいってことが伝わってほしいですね。土をいじってるというのは本当にいいですから、そういう人を増やしていきたいですね。



# 三宅町地域おこし協力隊員が拡げる

三宅町の新たな特産品として少しずつ浸透しつつある「金ごま」。昨年は三宅町地域おこし協力隊の発案でその「金ごま」を使用したクラフトビール「金ごまエール」が試作されました。今回は、その三宅町地域おこし協力隊として活動する佐伯雄さんに、実際に栽培した経験や、今後の展開について話を聞きました。

## 三宅町産金ごまとの出会い

—活動の中で、「金ごま」を扱うようになったきっかけは？

実は協力隊になる前から三宅町には金ごまがあるらしいというのは知っていました。協力隊になってから、実際に買って、手土産で持っていくと結構喜ばれて。「美味しかった」という反応がしっかりあって、それが大きかったですね。(協力隊員としての)僕の仕事として「町内やMiiMoでイベントを開催する」というのがあります。寄席なんかも運営してますが、ほかに何か違った形で人と人を繋げるイベントができないかなと考えて、「金ごまを使ったクラフトビール」を作ることにしたのが始まりですね。



—去年、実際に金ごまを自らの手で栽培されたそうですね。

はい。町内の方の畑を借りて、16平米くらいの広さで育てました。5月頃に植えて、8月から9月に収穫。約3カ月ですね。育てるのはそんなに難しくなかったんです。水やりも、夏場の夕立とかがあって、割と楽でした。農薬を一切使っていなかったのも、もちろん葉っぱが食われたりとかはありましたけど。

—収穫後の作業が大変だったとか。

そうなんです!葉っぱが金色になったところで刈り取って。それから、寝かせるとごまが落ちるので「立て干し」をします。家のベランダで1カ月くらい干しました。その後、ビニールシートを敷いて叩いてごまを落とす。もちろんゴミや茎が入っているから、送風機とかである程度飛ばして。結局、割れたごまとかも入っている状態なので、最後は自分で選別しないといけない。本当は選別機にかけて、良いごまだけを残す方法があるんですけど、去年できたのが少量(1キロ)だったので、それが使えませんでした。



立て干し





## ■ 図書スタッフの推し本・発掘本

### ● 木挽町のあだ討ち 永井紗耶子 新潮社



睦月晦日の戌の刻の木挽町、大勢の目の前であだ討ちが成された。後日、目撃者の証言により明らかになっていくあだ討ちの真相にはもちろん驚くが、目撃者たち個々の生き様の描写に心を揺さぶられる。現在映画上映中の原作本。(あ)

### ● 大阪ことばの謎 金水敏 SBクリエイティブ



関西弁は確かに癖が強いけれど私は好きです。「しらんけど」は普通に使うし日常会話でのボケとツッコミの掛け合いなどお笑いの要素が盛り込まれ、関西人なら「わかる～」と思う内容が盛りだくさん。「551があるとき～」みたいなね。(と)

### ● 何者 朝井リョウ 新潮社



何者かになりたいのに何者にもなれない自分。これをやれば生まれ変わるかも、なんて期待してはだして変われない自分がっかり。隠しているみっともないプライドを突きつけられる痛みを認められる人になりたい。2012年出版・直木賞受賞作品。(さ)

### ● JA全農が炊いた! 『日本一うまいお米の食べ方』 大全 JA全農米穀部(監) 主婦の友社



健康と美容に大切な栄養成分がたくさん詰まっているお米。海のもの山のもの、世界各国のおかずにも合う。大好きなお米をもっとおいしく食べられるヒントやレシピがたくさん。食の幸福度を上げたい方におすすめです。(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。

- ・ボクは日本一かっこいいトイレ清掃員 大井朋幸 岩波書店
- ・医師が教える 温泉の教科書 早坂信哉 朝日新聞出版
- ・正しく疑う 池上彰 Gakken
- ・まんげつによるに 木村裕一 講談社
- ・人体最強の臓器 皮膚のふしぎ 椋島健治 講談社
- ・神都の証人 大門剛明 講談社
- ・時の家 鳥山まこと 講談社
- ・女王様の電話番 渡辺優 集英社
- ・I(アイ) 道尾秀介 集英社
- ・絶縁病棟 垣谷美雨 小学館
- ・晴れの日の木馬たち 原田マハ 新潮社
- ・生きる言葉 俵万智 新潮社
- ・惣十郎浮世始末 木内昇 中央公論新社
- ・ハウスメイド2 フリーダ・マクファデン 早川書房
- ・白鷺立つ 住田祐 文藝春秋
- ・家族 葉真中顕 文藝春秋
- ・江戸彩り見立て帖 朱に交われば 坂井希久子 文藝春秋
- ・BOXBOXBOXBOX 坂本 湾 河出書房新社
- ・熊はどこにいるの 木村紅美 河出書房新社
- ・すぐやる人の頭の中 外山美樹 ダイアモンド社
- ・暁星 湊かなえ 双葉社
- ・コールドムーン 芥川なお すばる舎
- ・エレベーターのボタンを全部押さないでください 川内有緒 ホーム社
- ・チョコレート・ピース 青山美智子 マガジンハウス

### ● 図書スタッフのつぶやき ●

3月の楽しみといえば、奈良県市町村対抗子ども駅伝大会。今年は3月7日開催です(テレビ中継あり)。子どもたちが、仲間と練習に励み、本番では自分の市町村を背負って全力でタスキをつないでいく姿に毎年感動させられます。今年はどんなドラマが待っているのでしょうか。がんばれ! みやけっこ! 四姉妹・四女(ち)

### 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 3/10 16:00-18:00 hiiva	水 3/4 12:00-14:00 カジさんのポタージュ	水 3/11 11:00-14:00 hana meshi	水 3/18 11:30-15:30 tumugu	水 3/25 11:30-15:00 La Casita CHIRIN
木 11:30-18:00 はなさき + からん	木 3/26 11:30-15:00 kitchen nico	金 11:30-15:30 base café おたがいさん	金 3/13.27 17:00-20:00 近日や	土 3/21 11:30-15:30 米粉菓子 Irodoru	土 3/28 10:30-15:00 hiiva
日 3/1 11:30-15:30 Tarmy*	日 3/8 11:00-15:00 喫茶1475	日 3/22 10:00-19:00 香まめカフェ	MiiMo食堂 3月出店カレンダー		

※ご予約は各お店のInstagram DMへ

## 3月は「自殺対策強化月間」です

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

3月は、例年自殺者数が多い傾向にあります。国では、3月を「自殺対策強化月間」とし、全国で自殺予防の啓発活動や自死予防のための取り組みを行っています。

春は進学や就職、職場の異動、転勤、引っ越し、家族や友人の別れなど生活環境が大きく変化することで、ストレスや不安を感じやすい時期です。

ストレスや不安を感じたら、まずは休息を取って心身を休めましょう。悩みや不安を抱えて困っている場合は、一人で悩まず、まずはあなたの周りの人や相談機関に相談しましょう。



### 心の不安や悩みなどの相談窓口

- ならこころのホットライン  
☎0744-46-5563  
相談日時…月～金曜日  
(午前9時～午後4時30分)
- ならこころのホットライン  
(一社) 奈良県臨床心理士会委託  
☎0742-81-8527  
相談日時…月～金曜日  
(午後4時30分～午後8時)  
土日祝日 (午前9時～午後8時)  
※受付は午後7時30分まで
- 奈良いのちの電話協会  
☎0742-35-1000 相談日時…24時間
- よりそいホットライン  
☎0120-279-338 相談日時…24時間

## 第50期 奈良いのちの電話 電話相談員養成講座受講生募集

さまざまな悩みや生きづらさに直面しながら、身近な人に相談できない方がいます。

いのちの電話は、そんな方に生きる意欲を取り戻してもらうため、24時間365日休まず活動しています。あなたもボランティア活動に参加してみませんか。

対象：相談ボランティアとして活動できる21歳以上73歳未満の方

養成期間：約18ヵ月

養成講座：<前期>令和8年4月25日～令和8年8月1日  
<後期>令和8年8月22日～令和8年11月21日  
毎週土曜日 14時～16時

※各期とも受講料25,000円、宿泊研修参加の場合は別途10,000円  
インターン研修：令和8年12月～令和9年9月の毎月おおむね2回(深夜帯1回を含む)  
※受講料10,000円

開催場所：奈良いのちの電話協会3階  
(奈良市西大寺寺本町8-27)

申・問：(社福)奈良いのちの電話協会事務局  
☎0742-35-0500(平日10時～17時)

詳しくは同事務局ホームページをご覧ください。



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 大和広隆高校アワード  
5階 約15分

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

## 廃車手続きは3月末までにお忘れなく！

☎ 税務課 ☎0745-44-3072

軽自動車税は、4月1日現在の所有者に課税されます。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**に下記のとおり廃車手

続きをしてください。3月末日までに手続きをされない場合は、令和8年度分の軽自動車税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
原動機付自動車(125cc以下) ※特定小型原動機付自転車を含む 小型特殊自動車	三宅町役場 税務課	0745-44-3072
軽二輪車(126cc以上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以下)	近畿運輸局 奈良運輸支局 (大和郡山市額田部北町980-2)	050-5540-2063
軽自動車(軽四輪、軽三輪)	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

## 令和8年度 地域公共交通タクシー補助事業のお知らせ

☎ 経営戦略課 ☎0745-44-3070

3月2日(月)より、令和8年度「タクシー補助券」の申請受付が始まります。

### 申請不要(自動更新)で交付される方

- ・令和6年度以降「タクシー補助券」の交付を受けた。かつ、申請時に自動更新の「希望する」に記入した方。
- ・4月1日以降にご利用いただけるよう発送いたします。
- ※現在お持ちの補助券(令和7年度分・クリーム色)の有効期限は3月31日まで。
- ※本事業は令和8年度三宅町当初予算の成立後、実施します。
- ※3月申請分は順次郵送いたします(到着まで2週間程度)。
- ※本年度交付を受けられた方への令和7年度分の再交付はできません。

### 申請が必要な方

- ・対象年齢(65歳以上)だが令和7年度「タクシー補助券」の交付を受けていない。
- ・交付は受けたが入院や怪我や出産などによる申請だった。
- ・交付は受けたが申請時に自動更新「希望しない」に記入した方。

申請受付：3月2日～令和9年2月26日  
10時～17時 ※土日祝除く

申請場所：役場2階経営戦略課まで来所・申込フォーム



申込フォームは  
こちらから



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 よいろうご 9時30分  
~17時30分

☎0120-24-4165



快適な環境づくりを応援します

BD 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

広告

## 春の交通安全県民運動シルバードライバーズスクール

☎ 総務課 ☎0745-44-2001

交通死亡事故において、65歳以上の方々が被害に遭う事故が多い一方で、自動車運転操作の誤り等で交通事故の加害者になるケースも増加しており、各市町村及び奈良県警等は、ドライバーや自転車利用者等に注意喚起を行っています。

天理交通対策協議会では、2026年春の交通安全県民運動期間にあたり、65歳以上の現役ドライバーを対象とした運転適性検査や実技指導等を行う「シルバードライバーズスクール」を開催します。

### 運転に不安を感じていませんか？

教習所のコースで気軽に運転技術の確認をしてみませんか。

教習所指導員が親切に指導します。

**受講料無料！**

**成績上位者には賞品も！！**

日時：4月12日(日) 9時～12時ごろ

場所：奈良交通自動車教習所  
(大和郡山市井戸野町385番地)

内容：ペーパーテスト・実技指導 など

定員：先着5名

申込方法：三宅町役場総務課まで電話・来所

申込期限：3月13日(金)まで

主催：天理交通対策協議会・天理警察署

留意事項：奈良交通自動車教習所へは自家用車または公共交通機関をご利用ください。

当日は、他市町村の方も参加する予定となっています。



## 令和8年3月三宅町議会 第1回定例会 会期日程(予定)

☎ 議会事務局 ☎0745-44-3080

※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。

開会日	開会時間	内容
3日(火)	10時	議会開会 (提案説明・諸報告)
5日(木)	9時30分	議会再開(一般質問)
9日(月)	9時30分	予算審査特別委員会 (総務建設)
11日(水)	9時30分	予算審査特別委員会 (福祉文教)
16日(月)	9時30分	常任委員会 (総務建設)
17日(火)	9時30分	常任委員会 (福祉文教)
24日(火)	10時	議会再々開 (委員長報告等)

## 農業者年金のご案内

☎ 産業共創課 ☎0745-44-3071

### 農業者年金で生活の安定を考えませんか

農業者年金は、国民年金の第1号被保険者である農業者がより豊かな老後生活を過ごすことができるよう国民年金(基礎年金)に上乘せした公的な年金制度で、農業従事者(年間60日以上農業に従事する者)であれば誰でも加入することができます。

詳しくは三宅町ホームページをご覧ください。



ホームページは  
こちらから



## 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	3月19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	本庁舎 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/Gb4jMCS4YKN2Cktm7">https://forms.gle/Gb4jMCS4YKN2Cktm7</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	☎ 予約・問 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		☎ 予約・問 生活支援センターいろは ☎0744-32-7753
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てきます。</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

## 磯城消防署 新庁舎移転のお知らせ

☎ 総務課 ☎0745-44-2001

磯城消防署の新庁舎が完成し、令和8年3月10日(火)から新庁舎に移転し運用を開始します。申請や届出提出先が変更となりますので、ご注意ください。

新庁舎は、あらゆる災害に対する高度な機能を備え持ち、市民の安全・安心の向上に資する消防活動拠点となります。

所在地：磯城郡田原本町大字宮古433-1

電話：0744-33-2461



## 新しいごみ収集日カレンダー配布します

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3077

今月号の広報誌に、新しい「ごみ収集日カレンダー」を折り込んでいます。来年度より、ごみ収集日カレンダーは、「年に1回」となりましたので、なくさないように大切に保管をお願いいたします。

ごみの分別収集には、みなさんのご協力が必要です。ルールを守ったごみ出しにご協力をお願いします。

※ごみ収集日カレンダー  
及び家庭ごみ分別  
の手引きは町ホーム  
ページでもご覧いただ  
けます。



### ごみの持ち込みは、 必ず前日までに予約を！

一時多量ごみは次のとおり行ってください

一時多量ごみ(持ち込みごみ)は山辺・県北西部広域環境衛生組合の新ごみ処理施設「やまとeco」に行っていただいています。3月は引っ越しや片付けで一度にたくさんのごみが出る季節です。処理施設(やまとeco)に直接持ち込む際は以下の手順をご確認ください。

#### ★ごみの持ち込みの手順

①ごみの持ち込みについては前日までに予約をしてください。予約方法は、電話またはインターネットで行うことができます。※予約がない場合は持ち込みできません。

#### 予約サイト

<https://mgomi-tenri.jp/>  
(予約専用ダイヤル:0743-85-4890)  
電話受付時間  
平日 9時~16時45分



- ②予約した日時に「やまとeco」内にある天理市清掃管理事務所に持ち込んでください。その際、本人確認書類(免許証など)を持参してください。
- ③天理市清掃管理事務所では、持ち込まれたごみの確認を行います。確認後、入場用QRコードが発行されますので、それを受け取り可燃・不燃の処理場に向かいます。
- ④資源ごみが分別されている場合は、天理市清掃管理事務所に降ろしていただけます。※資源ごみ(ペットボトル・プラスチック容器包装・新聞紙・ダンボール・缶・ビン等)
- ⑤手数料は、処理施設で当日直接お支払いいただきます。

家庭ごみ:1回100kgまで無料

10kg超えるごとに60円

事業所:10kgごとに160円(免除制度なし)

### ごみ袋の交換期限が終了します

資源ごみ町指定ごみ袋(緑色)の廃止に伴い、燃えるごみ・燃えないごみの町指定袋への交換を行って参りましたが、年度末の3月31日をもって交換を終了いたします。交換を希望される方は、期日までに住民福祉課までお越しください。なお、資源ごみの指定袋は、これからも資源ごみのごみ袋として利用できますので引き続きご利用ください。

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

### 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。

- ☎ 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

### 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をお願いします。  
※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。

## 春季火災予防運動の実施について

「急ぐ日も 足止め 火を止め 準備よし」を統一標語に、全国一斉に春の火災予防運動を実施しています。これからの季節は、空気が乾燥し、火災が起りやすい時季となりますので火の取り扱い、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。また、大切な命を火災から守るため、住宅用火災警報器を設置しましょう。

内 容：3月1日(日)～3月7日(土)  
 固 奈良県広域消防組合 磯城消防署予防課  
 ☎0744-33-2461



## 大和川一斉清掃のボランティアを募集します

固 土木管理課 ☎0745-44-3076

今年も大和川一斉清掃を3月1日(日)に実施します。当日は石見墓地南側に集合し、寺川の今里橋から三河橋までの間の河川敷を歩いてゴミ拾い・不法投棄物の回収を行います。

現在、参加していただける方を募集していますので、お申込みのうえ、参加をお願いします。また、当日参加も可能ですので、皆様のご協力をお願いします。

なお、当日は動きやすい、汚れてもいい服装でお越しください。※降雨により中止する場合は三宅町役場ホームページに掲載しますので確認をお願いします。また、直接電話で問い合わせすることもできます。

日 時：3月1日(日) 午前9時～10時30分  
 ※小雨決行  
 集 合：午前8時45分 三宅町石見墓地南側  
 場 所：寺川堤防敷(今里橋～三河橋)  
 申込方法：土木管理課まで電話  
 ※当日参加も可能 ホームページは  
 こちらから



## 18歳までの子どもの医療費が無償化

固 保険医療課 ☎0745-44-3074

### ●助成対象

誕生日から18歳に達する日以後の、最初の3月31日までの子ども

### ●助成内容(医療機関窓口での一部負担金)

<令和8年3月診療分まで>

- ・通院・1医療機関1ヶ月500円
- ・入院・1医療機関1ヶ月1,000円  
(14日未満は500円)

<令和8年4月診療分から>

- ・通院・窓口負担無し
- ・入院・窓口負担無し

※保険診療分が対象です。

※県外受診した場合は、一旦医療機関等窓口で健康保険の一部負担額(2割または3割)を支払い、後日、領収書を持参し、保険医療課で申請することにより福祉医療助成金として償還されます。

### 注意事項

- 保育所、幼稚園、学校等の管理下で発生したケガや疾病は、学校等を通じて申請することにより、日本スポーツ振興センターから「災害共済給付金」として支給されますので、医療機関等窓口では、「受給資格証」を提示しないでください。
- 町外へ転出するときは、必ず「受給資格証」を返却してください。
- 加入している健康保険など登録内容に変更があれば、必ず届け出てください。
- ★新たに令和8年4月から使用していただく「受給資格証」は、3月下旬に対象者へ送付します。

進学・就職・転勤・退職などで窓口が混み合う時期です  
**手続きはお早めに！**

☎ 住民福祉課 0745-44-3073 / 保険医療課 0745-44-3074

●住民福祉課からのお知らせ <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）	引っ越しをしてから14日以内	住民福祉課窓口 (役場1階①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）		
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(*)をするとき	・ 登録する印鑑 ・ 本人確認書類	—	

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

※昼休みの時間帯（正午～午後1時）も窓口を実施しておりますが、職員が交代で休憩を取りますので、対応に時間を頂戴する場合があります。

転出届・転入予約は、マイナポータルで！

マイナンバーカードを所有している人は、マイナポータルからオンラインで転出届および転入予約（来庁予定の連絡）ができます。詳しくは、デジタル庁ホームページをご覧ください。

※マイナポータルを通じて転出届の提出をした後は、別途、転入先市区町村の窓口で転入届等の手続きが必要です。

●引越し手続きについて  
| 引越し | マイナポータル



●引越し手続きオンラインサービス  
| デジタル庁



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。

●保険医療課からのお知らせ <保険・年金関係>

手続き	必要なもの	期間	場所
国民健康保険に加入するとき	・ 資格喪失証明書、離職票、退職証明書 ・ 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	保険医療課 (役場1階②窓口)
国民健康保険を脱退するとき	・ 国民健康保険の資格確認書 ・ 新しく加入した資格確認書または資格情報のお知らせ ・ 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 ・ マイナンバーカード（お持ちの方）	お早めに手続きをしてください	

国民健康保険の加入・脱退は、保険証とマイナンバーカードを連携している方も役場での手続きが必要です。自動的には切り替わりませんのでご注意ください。

代理人による届出・申請の場合は、「委任状」と「代理人の本人確認書類」が必要です。これらの書類をお持ちでない場合、手続きできないことがありますのでご注意ください。

## 知っていますか？「高齢者虐待」

～高齢者の介護、一人で悩まず相談を～

☎健康子ども課 ☎0745-43-3580

高齢者虐待は、主に介護者や高齢者の家族など、身近な人が起こしやすい傾向にあり、その要因は介護者の心身の疲労、相談者がいないことによる孤立感、経済的な問題など様々です。

### どんな行為が虐待なの？ 高齢者虐待の5つの分類

種類	内容
身体的虐待	体をたたく、つねる、殴る、けるなどの暴力や、不必要に体を縛るなどの行為。
介護・世話の放棄・放任（ネグレクト）	介護が必要な高齢の方に対して、日常の世話や介護をせず放置する。また適切な医療を受けさせないような行為。
心理的虐待	脅かしや侮辱的な言葉、威圧的な態度、無視や嫌がらせなどによって精神的な苦痛を与えるような行為。
性的虐待	本人との間で合意のない性的な行為を行ったり、強要したりするような行為。
経済的虐待	本人の合意なく財産や金銭を使用する、または本人の希望する金銭の使用を理由なく制限するような行為。

### どうして虐待は起こるの？

虐待は誰にでも起こり得る身近な問題です

高齢者の介護や世話をすることで心身共に疲れ、追い詰められてしまう人は少なくありません。適切な介護の仕方や認知症への対応が分からず、つい手をあげてしまったり、虐待していることを自覚しても歯止めがきかなかつたりする場合があります。

### 連絡・相談先

①三宅町保険医療課

☎0745-44-3074

②三宅町地域包括支援センター

☎0745-43-2522

※土日祝日は携帯電話に転送されます。

※ご相談のお秘密は守られますので、安心してご相談ください。

### 虐待を見かけたらご相談を！

虐待の発生防止と早期発見のために・・・

●介護の悩み事はケアマネジャーや地域包括支援センターへ相談を！

介護の負担を一人で抱え込んでいませんか？介護の負担を軽減するさまざまなサービス、制度が利用できますので、お気軽にご相談ください。

●地域の「気づき」や「見守り」が虐待防止につながります！

日頃から高齢者や介護者へのあいさつや声かけ、介護者へのねぎらいの言葉がけをしましょう。

●認知症への正しい理解と対応を！

全国的にも、認知症高齢者に対する虐待が多い傾向にあります。地域のみなさんが認知症について正しく理解することで、心構えや落ち着いた対応ができ、認知症の症状が穏やかになることがあります。

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**

- 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/>

**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



医療法人 **池田医院**

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 内科認定医・腎臓科専門医

☎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/>

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**

- かぜ
- 発熱
- 生活習慣病
- (高血圧、高脂血症、糖尿病) 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

**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

**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

**胃カメラ**

鼻からカメラを入れて  
楽に受けられます。  
胃がん検診対応できます。

## 令和8年度集団がん検診について

☎健康子ども課 ☎0745-43-3580

「集団がん検診申込書」を例年、3月号広報に折込しておりましたが、今年度より右記のとおり変更いたします。



掲載月：4月

申込方法：オンライン

※後期高齢者医療被保険者の方については、従来どおり健診案内と申込書をご自宅へ郵送する予定です。

詳細につきましては、4月号広報をご確認ください。

## 3月1日～8日は『女性の健康週間』

☎健康子ども課 ☎0745-43-3580

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を自立して過ごせるように、この週間を設け、女性の健康づくりを国民運動として展開しています。

女性には、乳房や子宮、月経に関連する病気をはじめ、更年期症状、骨粗鬆(しょう)症など女性に特有の健康課題があり、その対策が重要となっています。

健康寿命を延ばすため、この週間をきっかけに、自分自身の健康を見つめ直しましょう。

### 女性特有のがんの紹介

#### 子宮頸がん

子宮の入り口部分にできるがんです。20～40歳代を中心に毎年約1万人が新たに診断されています。

ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染によるものが主な原因とされ、ワクチン接種と子宮頸がん検診の受診が大切とされています。

ワクチン接種は、17歳未満でHPVワクチンを接種すると、子宮頸がんの80～90%を防げます。

がん検診は、綿棒などで子宮頸部の細胞をこすり取る検査で、20歳以上の方は2年に1回の受診が推奨されています。

#### 乳がん

乳腺にできるがんです。女性に一番多いがんで、40～50歳代をピークに発症や死亡が増加しており、日本人女性の約9人に1人がかかると言われています。

★乳がん・子宮頸がんは、胃がん・肺がん・大腸がんと並び、検診がとりわけ有効ながんとされています。

検診の定期的な受診が、がんの早期発見・早期治療へとつながります。

### ブレスト・アウェアネス

乳房を意識する生活習慣のことです。次の4つがポイントです。

#### ①自分の乳房の状態を知る

- ・着替えや入浴の際に乳房を確認しましょう
- ・つままず、指をそろえてなでるように触ります

#### ②乳房の変化に気をつける

- ・乳房のしこり・乳房の皮膚のくぼみやひきつれ
- ・乳頭からの分泌物、乳頭や乳輪のびらん など

#### ③変化に気づいたら、検診を待たずにすぐ病院へ

#### ④40歳になったら、2年に1回は乳がん検診を受診

がん検診で「異常あり」となった場合は、必ず精密検査を受ける

★集団がん検診のお申し込みは、4月号広報をご確認ください。

★医療機関でのがん検診のお申し込みは、4月1日以降に健康子ども課で申請ができます。

### 骨粗鬆症

骨強度の低下によって、骨折のリスクが高くなる状態です。女性はもともと最大骨量が少ないことに加え、閉経時にエストロゲン(女性ホルモン)の低下により、骨量が急激に減少すること、また無理なダイエットや過度な運動、飲酒や喫煙が原因としてあげられ、国内の患者のうち約75%が女性です。

★特に症状がなくても、40～50歳代の更年期になれば、定期的に骨密度を測定することが大切です。三宅町では年に一回、骨密度測定(例年10月)実施していますので、ぜひご参加ください。

## 令和7年度高齢者予防接種事業の接種期間終了について

☎健康子ども課 ☎0745-43-3580

予防接種の種類	対象者	自己負担金	接種期間
高齢者带状疱疹ワクチン	<p>三宅町に住民票を有し、次のいずれかに該当する方</p> <p>①令和7年度到達年齢が65歳の方</p> <p>②令和7年度到達年齢が70・75・80・85・90・95・100歳以上の方 ※令和7年度に限り、100歳以上の方は全員対象となります。</p> <p>③60～64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害を有する方(身体障害者手帳1級相当)</p> <p>①②の対象者には、令和7年4月に個別ハガキを送付しています。</p>	<p>・生ワクチン（1回完了）3,000円</p> <p>・組換えワクチン（2回完了）1回7,000円</p> <p>※組換えの2回目が令和8年4月以降になる場合は、その分の助成はできません。</p>	<p><b>令和8年3月31日まで</b> ※期間を過ぎての接種は助成ができません。全額自己負担となりますので、ご注意ください。</p>
高齢者新型コロナワクチン	<p>三宅町に住民票を有し、次のいずれかに該当する方</p> <p>①65歳以上の方</p> <p>②60～64歳の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方（身体障害者手帳1級程度）</p>	5,000円	
高齢者肺炎球菌ワクチン	<p>三宅町に住民票を有し、次のいずれかに該当する方</p> <p>①今年度中に65歳になる方（接種期間は65歳の誕生日前日から） ※対象となる方には、65歳の誕生日前月にはがきをお送りしています。</p> <p>②令和6年度に65歳になっている未接種の方（接種期間は66歳になる誕生日前日まで）</p> <p>③60～64歳の方で、心臓・腎臓・呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害を有する方（身体障害者手帳1級程度）</p> <p>※①～③いずれも、すでに肺炎球菌ワクチンの助成を使ったことがある方は対象外になります。</p>	<p>3,000円</p> <p>※令和8年3月31日まで。4月1日以降は変更される場合があります。</p>	<p><b>令和8年3月31日まで</b> ※ただし、令和7年度に65歳になっている方で未接種の場合、66歳の誕生日前日まで接種が可能のため、令和8年4月以降の接種希望の場合は、4月1日以降に健康子ども課にご相談ください。</p>

### 接種方法

#### 三宅町・川西町の医療機関で受ける方

直接、医療機関で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・川西町以外の医療機関で受ける方

事前に健康子ども課で手続きが必要です。  
医療機関に接種予約をしてから、自己負担金をお持ちの上、健康子ども課にお越しください。

## 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。

★全員で独自の麻雀大会および食事会を年に1回行っています。

☎ 三宅町健康麻雀推進クラブ 代表：植村 住一  
☎090-3996-8738 / 0745-56-2593

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



健康麻雀推進クラブ 活動の様子

## 令和8年度 三宅町高齢者地域活動支援金説明会

☎ 住民福祉課 ☎0745-44-3073

高齢者の「閉じこもり防止・生きがい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ため、支援金を交付しています。申請をお考えの団体は、事前申し込みの上、説明会にご参加ください。

対象：町内を活動拠点とし、町内で活動する次の①～③のいずれかに該当する団体

- ①自治会または老人クラブ
- ②特定非営利活動法人
- ③三宅町在住者5人以上の団体で、活動実績または事業計画のある団体

日時：4月10日（金）14時～15時30分  
（受付・開場：13時40分～）

場所：三宅町交流まちづくりセンター  
MiiMo 1階ホール

申込人数：1団体2名まで

申込方法：住民福祉課窓口または電話

申込締切：4月8日（水）まで

交付金額：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。

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

## 奈良県警察官(第1回)採用試験

試験区分	第1次試験			
	試験種目	試験日	試験種目	試験日
A男子(SPI) A女子(SPI)	基礎能力検査 適正検査	4月25日(土)～5月10日(日) のうち受験者が選択する日	体力試験 論文試験 口述試験	5月23日(土) 5月24日(日) のうち指定する1日
A男子 A女子	教養試験 論文試験	5月10日(日)	体力試験 口述試験	
武道A	教養試験 論文試験	5月10日(日)	体力試験 実技試験 (剣道または柔道)	

## 1 試験概要

今年度採用試験から

- ・SPI試験の受験方法を「会場型」から「Web型」に変更
  - ・資格加点制度に「空手」を追加
- の2点について、試験制度を変更しています。

## 2 受験資格

## (1) A(SPI)区分、A区分

平成5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9年3月末日までに卒業見込みの人

## (2) 武道A区分

ア 平成13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9年3月末日までに卒業見込みの人

イ 柔道2段以上または剣道3段以上を有している人

## 3 受付期間・方法

3月2日(月)から4月14日(火)までの間  
インターネットでのみ受け付け(県警ホームページ参照)

## 4 問い合わせ先

奈良県警察本部警務課  
〒630-8578 奈良市登大路町80番地  
☎0120-351-204(採用フリーダイヤル)

## 5 その他

奈良県警察採用Instagramでも採用関連の情報を掲載しています。



ホームページは  
こちらから



Instagramは  
こちらから

## 防犯電話を購入される方への補助があります！

問申 総務課 ☎0745-44-2001

高齢者を狙った特殊詐欺被害を防止するため、防犯機能付き電話機の購入費用の一部を町が補助します。安心して暮らせる環境づくりを支援します。ご家庭での防犯対策として、ぜひご活用ください。

## 【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。

1. 事前に登録されていない電話番号からの着信に対する注意を促す機能。
2. 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。
3. 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できます。

## 生涯学習推進講座 閉講式 マリンバコンサート

☎ 教育総務課 ☎0745-44-2210

木でできた鍵盤をマレットで奏でるマリンバは、やさしく包み込む音色と、軽快でリズムカルな響きが魅力の楽器。クラシックから親しみやすい曲まで、幅広いプログラムをお届けします。

小さなお子さまから大人の方まで、心地よい響きと弾むリズムに包まれながら、春のひとときを一緒に楽しみませんか。



森田 あや  
(マリンバ)



南 敦子  
(ピアノ)



小川 悟史  
(ドラム)



日 時: 3月14日(土) 開場: 13時  
開 演: 13時30分~14時30分  
場 所: 三宅町文化ホール  
料 金: 無料  
対 象: 三宅町在住・在勤者(お子さまも大歓迎!)  
申 込: 不要

## 奈良県広域消防組合「消防フェス2026」開催のお知らせ

☎ 総務課 ☎0745-44-2001

### 奈良県広域消防組合「消防フェス2026」を開催します!!

消防車両の分列行進や展示、はしご車の搭乗体験(抽選)、救急戦隊タスケルンジャーショー、組合マスコット「まほろ隊長」と市町村マスコットキャラクターとの記念撮影など、楽しく学べる企画が盛りだくさんです。ご家族そろってぜひご来場ください。

日 時: 3月14日(土) 10時~15時  
場 所: 橿原運動公園 まほろば広場 他  
(橿原市雲梯町323-2)

アクセス: 近鉄南大阪線「坊城駅」徒歩約10分

※イベント開催時には周辺道路の渋滞が予想されます。また、駐車台数にも限りがありますので、ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。

詳しくは、組合のホームページをご覧ください。

URL: <http://www.naraksk119.jp/>

※組合公式Instagramでも情報発信中!

☎ 奈良県広域消防組合 消防本部総務部総務課

「消防フェス2026」担当

☎0744-26-0119



「消防フェス2026」  
開催記事はこちらから

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。  
15時15分~15時45分  
休業日: 2日・9日・16日・17日・23日・30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	3月8日(日)	9時~13時
更新	3月25日(水)	17時15分~19時

※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。  
※最終受付時間は、終了30分前になります。

☎・申 住民福祉課 ☎0745-44-3073

## 奈良県の特殊詐欺被害は過去最悪に。 年齢問わず、被害防止対策を!



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

令和7年、奈良県での特殊詐欺、SNS型投資詐欺・ロマンス詐欺の被害額は約58億円と、過去最悪の被害額となりました。また、天理警察署管内での被害額は約3億2千万円で、昨年に引き続き高水準となりました。

被害者は20歳代から80歳代までと幅広い世代の方が被害に遭っていますので、今すぐ被害防止対策をとりましょう。

### ●令和7年中の詐欺手口の特徴

#### ・特殊詐欺

警察官かたり

(「逮捕状が出ている」「口座調査をする」など)

息子かたり

(「不倫して相手を妊娠させて慰謝料を支払わないといけない」「葬式代など理由をつけて口座から出金して」「無人駅などに現金を持ってきてほしい」など)

#### ・SNS型投資詐欺

SNSサイトなどの広告からLINEへ誘導。

偽の投資サイトを紹介して儲けが出たと誤信させ、多額の投資を促す。

報酬の引き出しにも多額の手数料を要求する。

### ●詐欺被害に遭わないために

「詐欺の流行を知る」「防犯対策をする」

#### ・防犯講習で学んで被害を防ごう!

天理警察署では、出張防犯講習を実施しています。

自治会、趣味サークルなどで集まる時間を活用して防犯講習を受講しませんか。

警察官が直接、最新の犯罪情報・防犯対策について分かりやすくお話しします。

防犯講習の依頼・相談は

天理警察署生活安全課(☎0743-62-0110)まで。

#### ・奈良県警察安全・安心アプリ「ナポリス」

特殊詐欺などの不審電話や不審者情報などを、タイムリーにお知らせをします。

ほかにも防犯ブザー機能や鍵かけ忘れ防止機能など、防犯に役立つ機能を搭載しています。

#### ・国際電話番号・知らない電話番号にご注意を!

国際電話番号(「0以外」「+」から始まる電話番号)は、詐欺電話に多く使われています。国際電話利用休止申込(固定電話)や、迷惑電話防止アプリ(スマートフォン)などの利用で詐欺電話のブロックを。(詳細はナポリス内「お知らせ」欄にも記載されています)

## こどもの低身長について

国保中央病院より  
小児科部長 飯田 陽子

こどもの身長には差があり、成長の速さもさまざまです。周囲と比べて小さく見えても、その子なりのペースで成長していることが多く、身長だけで過度に心配する必要はありません。大切なのは、これまでどのように伸びてきたかを確認することです。

成長の様子は「成長曲線※1」で確認します。成長曲線の「-2SD」は、同じ年齢の子どもの中でかなり身長が低い位置を示す目安で、身長がこの線を下回ると医学的に低身長とされます。お子さんの身長がこの線に近づいたり下回った場合は、早めに小児科へ相談することをおすすめします。

低身長の原因には、小柄な家系などの体質のほか、成長ホルモンの働きが弱い場合や甲状腺・慢性の病気などがあります。また、生まれたときに胎週数に比べて体が小さいお子さん(SGA)は、多くは成長とともに身長が追いつきますが、3歳以降も追いつかない場合は治療の対象になることがあります。

当院では、必要に応じて入院で精査し、成長ホルモンや体の状態を詳しく調べます。その結果をもとに、経過観察でよいか、治療が必要かを判断します。治療が必要な場合は、成長ホルモン治療を行います。近年は週1回で使用できる製剤もあり、治療の負担は以前より軽くなっています。

成長には生活習慣も重要です。十分な睡眠は成長ホルモンの分泌に欠かせないため、生活リズムや睡眠、食事(たんぱく質やカルシウムなどの摂取)について助言します。当院では医師・看護師・栄養士が連携し、注射や栄養指導、生活習慣の調整までチームで支援します。気になることがあれば早めに相談することで安心につながり、必要な支援を適切な時期に受けることができます。どうぞお気軽にご相談ください。

※1 成長曲線…年齢ごとの平均身長・体重の標準的な分布グラフ

# 誰もが安心して暮らせる三宅町へ ～「ちがい」を認め合い、外国人差別をなくしましょう～

☎ 教育総務課 ☎0745-44-3079

私たちが暮らす三宅町にも、さまざまな国や地域から来られた外国人の方が多く住んでいらっしゃいます。町を歩けば、日本語以外の言葉が聞こえてきたり、異なる文化の風習を目にしたこともあるでしょう。

## 「普通」って、誰の「普通」?

私たちは普段の生活の中で、自分や周りの人が持つ価値観や習慣を「普通」だと感じてしまいがちです。しかし、異なる文化を持つ外国の方々にとっては、その「普通」が全く普通ではないことがよくあります。

例えば、ゴミの分別方法や、近所付き合いの慣習、あるいは言葉の壁など、生活の中で小さな「ちがい」に戸惑いを感じているかもしれません。

こうした「ちがい」があるとき、私たちはどう反応するのでしょうか? 「郷に入っては郷に従え」と、相手に一方的に日本のやり方や常識を押し付けていないでしょうか?

言葉や文化の壁があるからといって、関わりを避けたり、冷たい態度をとったりしていませんか?

こうした無意識の壁や排除の態度も、相手を孤立させ、精神的な負担を与える「差別」につながります。

## 私たちにできることは

三宅町を、誰もが自分らしく、安心して生活できる場所にするために、私たちにできることは何でしょうか?



### ○「ちがい」を知ろうとする姿勢を持つ

言葉や文化、習慣の「ちがい」は、間違っているではありません。まずは「なぜだろう?」と立ち止まり、相手の立場や背景を想像してみましょう。

### ○挨拶と笑顔で壁をなくす

難しい言葉は要りません。近所ですれ違った時に笑顔で挨拶をするだけで安心感が生まれます。

### ○困っている人に声をかける

役場や病院などで困っている様子の外国人の方を見かけたら、「大丈夫ですか?」と声をかけてみましょう。必要であれば、関係部署や支援機関につながる手助けもできます。



三宅町は、多様な人々が共に生きる町です。お互いの人権を尊重し、「ちがい」を認め合うことで、豊かで活力のある地域社会を築いていきましょう。

## てんいち先生



## 消費生活相談

# 迷惑な国際電話は無視しましょう

☎ 産業共創課 ☎0745-44-3071

### 【相談事例】

- ・「+」から始まる国際電話が多くかかってくる。電話に出ても無言だった。
- ・「+1」から始まる海外からの電話に出たところ、代金収納業者を名乗り「未納料金30万円を支払うように。支払わなければ提訴する。」と言われたため、驚いて名前や生年月日等を伝えてしまった。個人情報が悪用されないか心配だ。  
 <国民生活センター発表>

### 【消費者へのアドバイス】

- ★国際電話を利用しない方は、利用休止申請等をお願いします。
- ・固定電話  
 国際電話不取扱受付センター☎0120-210-364

### 取扱時間

- オペレーター案内：平日9時～17時
- 自動音声案内：平日・土曜・日曜・祝日24時間
- ウェブサイトからの手続きも可能です

### ・携帯電話

- 携帯電話端末によっては発着信の設定が可能です。また、携帯電話会社が提供するサービスの利用も検討しましょう。(対応していないOS等もあります)
- ★知らない番号からの電話には出ないようにしましょう。電話番号の先端についている「+」以降の数字は国コードと呼ばれるものです。詐欺の電話である可能性が高い

消費生活 相談窓口 (川西町との 広域連携事業) 毎週火曜日	3月3日(火) 17日(火)31(火) 午前10時～午後3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
	3月10日(火) 24日(火) 午前10時～午後3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

## 地域おこし協力隊 活動日誌

3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。

3月を迎え、協力隊の任期が半分(約1年半)を切りました。協力隊卒業後も三宅町の事業に関われるように絶賛、住居を探しています。農業を体験できる民泊機能を備えた住居です。理由は「1500年の歴史をつなぐ、自分らしく、持続可能な農業」に出会ったからです。

昨年9月に伴堂で450㎡ほどの遊休地を無償で貸していただけることになりました。ただ農業は素人が簡単にできるものではないと、過去の田舎暮らしの経験から分かっていました。しかし、私の本業である「エンタメ」を掛け合わせ、「農×エンタメ」を組み合わせた事業なら可能ではないか!と。

そこからというものの朝夕数時間の草刈りに草寄せ、ゴミ拾い、畝立てなど取りつかれたように2か月間作業しました。近隣で畑作業をしている住民さんから「ぼちぼちやりやあ」「きれいになったなあ」「ようやくるなー」とお声をかけていただき、飲み物や柿の差し入れ、作業の合間に世間話をさせていただくなど、

住民さんとの触れ合いが増え、体力的にはきつかったですが、心の充足感は計り知れませんでした。

他にも、鍬やスコップが土に触れると、これは1500年前の土かもしれない。1500年前と繋がっているのかもしれない。私が土をいじる以前に、脈々と歴史をつないだ先達たちのバトンを受け取っているのだと。

そして6月中旬には遊休地を遊求地に変えた「農×エンタメ」の圃場が完成する予定です。子どもたちはもちろんのこと、全世代の笑顔があふれる場所になればと夢想しています。

また、今後増加するであろう耕作放棄地の対策として、農業を体験できる民泊施設をオープンさせ、大阪市内の同世代を対象に持続可能な農業に関わる人口を招く事業に展開できればと進めています。

最後になりますが、農から生み出した副産物を3月8日(日) MiiMoで開催のマルシェにて出展する予定です。(金ごまの〇〇、1500年前の土で作った〇〇など)



作業前



作業後(11/27 現在)

まちの話題

PHOTO NEWS

12月25日

## ボーイスカウト募金報告

日本ボーイスカウト磯城第一団のみなさんが寒空の下、磯城郡内鉄道駅前、商業施設4カ所で、歳末たすけあい募金活動を行いました。

昨年12月25日(木)、日本ボーイスカウト磯城第一団のみなさんが町役場を訪れ、募金活動の報告を行いました。

募金は、三宅町社会福祉協議会で社会福祉の充実のために役立てられます。

☎ 総務課 ☎0745-44-2001

(左から)

藤田 悠勢さん(三宅小)、白馬 凜々さん(桜井南小)、森田町長、  
上野 海仁さん(田原本小)、塚田 晃弘さん(平野小)、  
塚田 一薫さん(平野小)



1月11日

## 令和8年奈良県消防協会磯城支部消防出初式

新春を飾る恒例の出初式が、1月11日(日)に田原本町青垣生涯学習センター、弥生の里ホール及び田原本町青垣生涯学習センター庁舎東側車路で開催されました。

屋内式典では、表彰並びに感謝状の贈呈が行われた

後、防災の願いを込め、屋外式典では分列行進・車両行進・一斉放水演習が行われました。

なお、今回消防団員として消防団活動に功績のあった方々への表彰並びに感謝状を受けられた方々は、次のとおりです。(三宅町消防団のみ掲載)

### ▼奈良県知事表彰

・第3分団 部長 福井 直洋(ふくい なおひろ)

### ▼奈良県消防協会長表彰

・第1分団 班 長 森田 勝也(もりた かつや)

・女性部 団 員 尾田 薫(おだ かおる)

### ▼奈良県消防協会磯城支部長表彰

・第2分団 団 員 植村 浩之(うえむら ひろゆき)

### ▼永年勤続(20年以上)表彰

・第1分団 班 長 吉本 直史(よしもとなおふみ)

・第1分団 班 長 上田 恵市(うえだ けいいち)

・第2分団 部 長 尾田 一光(おだ かずみつ)

・第2分団 班 長 森島 晃(もりしま あきら)

・第2分団 班 長 吉岡 伸佳(よしおかのぶよし)

・第3分団 班 長 辻中 寛(つじなか ひろし)

### ▼三宅町長感謝状

・第3分団 団 員 磯森 万昌(いそもり かずまさ)

### ▼三宅町消防団長表彰

・第2分団 班 長 松尾 一友(まつお かずとも)

### ▼天理警察署長感謝状

・女性部 団 員 上松 敏子(うえまつ としこ)

☎ 総務課 ☎0745-44-2001

1月29日

## 「第21回市町村対抗子ども駅伝大会」代表選手が町長を表敬訪問

「第21回市町村対抗子ども駅伝大会」に出場する代表選手が森田町長へ出場報告をおこないました。予選会を勝ち抜いた選手たちは、緊張した面持ちながらも、「練習の成果を発揮し、最後までタスキを繋ぎたい」「町の代表として全力を尽くす」と力強く意気込みを述べました。

子どもたちは大会に向けて日々練習に励んできました。皆さまの応援をよろしくお願いいたします。

### 「第21回市町村対抗子ども駅伝大会」

日 時: 3月7日(土)

開 始 式: 9時30分

駅伝スタート: 10時10分

タイムトライアルレース: 11時10分

会 場: 橿原運動公園(橿原市雲梯町323-2)

☎ 教育総務課 ☎0745-44-2210



(後列左から)

森田町長、中島 美星さん、和田 穂羽さん、  
原野 心陽さん、浅井監督

(前列左から)

中尾 大成さん、森田 和寿馬さん、奥田 藍生さん

# 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

### 産前産後のからだの変化 ～ママのからだを大事に～

妊娠・出産により、ママのからだは変化します。子育てするうえで、自身の健康も大事にしなければなりません。セルフメンテナンス方法を一緒に確認しませんか？

- ▶日時 3月5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
- ▶定員 10組
- ▶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 3月4日(水) 17時まで

問 健康子ども課 ☎0745-43-3580

※当日は、身体計測もしています！

※4月は子どもの発達についてのお話を予定しています。

### 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

#### ●子育てお悩み相談室 ☎080-5724-6212

## スキップランド

### 大事にしようママのからだ ～セルフチェックしよう～

※当日は、身体計測もしています！

- ▶日時 3月26日(木) 10時～12時(受付:9時50分～)
- ▶対象 生後1歳すぎ～幼稚園就園前のお子さんと保護者
- ▶定員 5組
- ▶持ち物 母子健康手帳
- ▶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 電話またはメール
- ▶申込期間 3月25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 (R7.9.3～R7.12.3)	3/3(火)	13時00分～13時15分	持ち物 母子手帳・ 問診票・ バスタオル
6～8か月児相談 (R7.6.11～R7.9.11)	3/11(水)	9時30分～10時	
2歳6か月児歯科健診 (R5.6.19～R5.9.12)	3/12(木)	9時30分～10時	

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、必ず受けてください。欠席される場合は、別日をご案内しますので、必ず連絡ください。郵送での個別案内は行っていません。電子母子手帳アプリ「みやけっこ」のご案内となります。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

## 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	3/18(水)	製作(思い出) 誕生会
時間: 10時～12時 ※要予約		

### パパママ広場

3/11(水) 10時～12時	内容: 畳で小物づくり ※要予約
--------------------	---------------------

### スキップランド

3/26(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ます。※要予約
--------------------	---

### スマイルパーク

毎週金曜日 10時～11時30分	三宅幼稚園の園庭の遊具や砂場で遊びます。(天候や気温によってスマイル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。※予約不要

### 土曜日スマイルDay

3/7(土) 3/21(土) 9時30分～12時	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。
--------------------------------	--



気軽にご参加くださいね。お待ちしております。