

広報 くるたま

2020年
No.461 11月号

主な内容

- P 2 議会だより
- P 2～3 村の話題
- P 4～5 健康づくり情報
- P 5 お知らせ



10月14日(水) 黒滝小・中学校エンジョイフェスタ

議会

議会活動状況

10月

- 20日 ● 議員会
- 23日 ● 例月出納検査
- 26日 ● 近畿地方治水大会
- 27日 ● 黒滝村行財政改革推進委員会
- 28日 ● さくら広域環境衛生組合議会定例会
- 30日 ● 南和広域医療企業団議会

行財政改革推進委員会を設置

村では、行財政改革推進委員会を設置しました。選任された委員は次のとおりで、今後、行財政改革について協議を行っていただきます。(敬称略)

脇坂 博	【議会推薦】
九鬼 良三	【議会推薦】
北村 輝美	【村長選任】
中前 政明	【村長選任】
岡崎 しのぶ	【一般公募】
岡村 耕司	【一般公募】

村の話

黒滝小・中学校 エンジョイフェスタ

10月14日(水)黒滝小・中学校エンジョイフェスタが開催されました。毎年、小・中学校とこども園が合同で「やまなみ運動会」を実施しておりますが、今年は新型コロナウイルスの影響により中止したため、代替として小・中学校独自で「黒滝小・中学校エンジョイフェスタ」を開催する運びとなりました。生徒・児童の皆さんは、この日のために練習を重ねてきた演技や個々のすばらしい走りを披露され、会場は大いに盛り上がりました。



秋の交通安全県民運動

9月21日(月)～30日(水)にかけて秋の交通安全県民運動が実施されました。今回の運動では、新型コロナウイルス感染症防止のため、大々的な啓発活動は控え、寺戸出合交差点で少人数での街頭啓発を行いました。また、28日(月)には小学校で自転車教室が実施されました。これからの季節は日の入りが早くなるので、早めにヘッドライトを点灯して安全運転を心がけましょう。



ナイターグラウンドゴルフ大会



9月30日(水)黒滝村健民運動場において、スポーツ推進委員会主催のナイターグラウンドゴルフ大会が開催されました。秋季さわやかなよい季節になる中、参加者総勢37名による賑やかな大会となりました。上位入賞者は次の通りです。(敬称略)

◆ 大会結果	氏名	「スコア」
◆ 優勝	脇阪 武男	[36]
◆ 準優勝	ケーシー	[37]
◆ 3位	東 信和	[38]

村長杯グラウンドゴルフ大会



10月14日(水)黒滝村ふれあい運動場において、村長杯グラウンドゴルフ大会が開催されました。秋晴れのもと、52名の方が参加し、白熱した試合が繰り広げられました。上位入賞者は次の通りです。(敬称略)

◆ 大会結果	氏名	「スコア」
◆ 優勝	脇阪 武男	[35]
◆ 準優勝	中井 俊郎	[35]
◆ 3位	東 信和	[36]
◆ 4位	徳田 初	[39]
◆ 5位	玉田 正	[41]

給食に黒滝産の「タモギタケ」

10月13日(火)黒滝こども園、黒滝小・中学校の給食に、黒滝村産のタモギタケが提供されました。タモギタケには、アミノ酸や食物繊維が豊富で、免疫力を高めるB(ベータ)グルカンや抗酸化力をもつエルゴチネイオンが含まれています。タモギタケは、村と奈良県南部農林振興事務所が共同で村の特産品とするべく2年前より栽培をおこなっており、今後も栽培促進に取り組んでいきます。



救急医療情報キット
「緊急連絡カード」
を更新しましょう

救急医療情報キットとは、自分の名前、年齢、緊急連絡先、かかりつけ医、持病や服薬内容などの情報を専用の容器（筒）に入れ、どの家庭にもあり、火災に強く、地震で家屋が倒壊してもつぶれにくい冷蔵庫に入れて保管しておくことで、緊急時に救急隊員や第一発見者などが活用します。



緊急連絡カード
緊急医療情報キット

「緊急連絡カード」が必要な場合は、お問い合わせください。黒滝村ホームページより最新のものに書き換えてください。

ワンロードしてください。
◆お問合せ先 保健福祉課

萌 こころの相談室

精神障害者および家族の支援をしている社会福祉法人萌では、障害者週間にちなみ、広く県民を対象にした電話相談事業を実施します。

眠れない日や気分が落ち込む日が続く、やる気が出ない、不安でしかたない、精神科への受診や薬への不安など、精神保健福祉に関する相談を受け付けます。困っていることやつらい気持ちに耳を傾け、支援機関や制度の情報提供をします。お気軽にご相談ください。秘密は厳守します。相談は無料です。（通話料はかかります）

- ◆実施日 12月7日（月）～11日（金）
午前9時～午後9時
- ◆相談電話番号 0743-85-5639
- ◆お問合せ先 地域活動支援センターなつこ
0745-23-8105

献血へのご協力
ありがとうございました

9月18日（金）役場で献血が行われ、39名の方々に協力いただきました。皆さまのご協力により、血液を必要とする多くの方々役に立てることができました。

お知らせ

- ◆自衛官候補生採用試験（陸海空）
 - ◆実施日 12月12日（土）
 - ◆場所 航空自衛隊奈良基地
 - ◆受験資格 18歳以上33歳未満の方
 - ◆お問合せ先 自衛隊奈良地方協力本部五條地域事務所
0747-22-3789
担当：西嶋（にしじま）
藤原（ふじわら）
- 転職や就職をお考えの方は、まずはお電話ください。

黒滝村とクボタ堺労働組合との地域振興に関する協同事業について

クボタ堺労働組合（株式会社クボタ（本社 大阪市）のクボタ堺製造所勤務の従業員による労働組合）が、堂原地区において、地域の有志のサポートを受けながら、労働組合結成75周年事業として農業体験事業を実施しています。

コロナウイルス感染症防止対策のため当初予定より活動縮小していますが、桜の植樹活動を行うなど、村内での今後益々の活躍が期待されています。



いきいき百歳体操 あんなこと・こんなこと

いきいき百歳体操は、イスに座ってゆっくりと手足を動かしていきます。体操を続けていき、筋力をつけ、動きやすい体づくりをめざしましょう。

ワンポイントレッスン

足を横に上げる運動に挑戦してみましょう。この運動を続けると、バランスを保つ力が増え、転倒しにくくなります。

- ① 椅子の背もたれを両手でつかんで立ちましょう。
- ② 掛け声の「1・2・3・4」で右足を横に上げましょう。
- ③ 「5・6・7・8」で右足を元の位置までもどきましょう。
- ④ 右足が10回終わったら、左足も同様に行いましょう。

体が横に傾かないように、また、横に上げる足の幅は30cm以内で爪先が外側に向かないように前へ向けましょう。

体操は、部屋の風通しをよくしながら、こまめに水分をとって行いましょう。バランスのよい食生活を心がけ、動きやすい体づくりをめざしましょう。

体調がすぐれない時や、運動中関節に痛みがある時は運動を控えるか痛みのない範囲で行いましょう。

足の横上げ運動（中臀筋）

効果：バランスを保つ力が増え、転倒しにくくなります

※体が横に傾かないようにします
※横に上げる足の幅は30cm以内で爪先が外側に向かないように前へ向けます

税を考える週間
～暮らしを支える税～

税に関心を持とう！
考えれば見える生活がある。

期間 11月11日～11月17日

● 国税庁のオンライン手続の取組 ●

- 年末調整・確定申告 マイナポータル
控除証明書などのデータをマイナポータルから取得
- 納付手続 キヤッシュレス
ダイレクト納付、インターネットバンキング、クレジットカード納付、振替納税でキャッシュレス納付が可能
- 税務相談 チャットボット
AIが自動で回答、税務相談チャットボットは令和2年10月下旬公開
- 電子申告 e-Tax
e-Tax申告や帳簿書類の電子化で事務の省力化・ペーパーレス化

税を考える週間 検索

国税庁
https://www.nta.go.jp

善意銀行
(9月30日受理分まで)
皆さまの善意に対して心から感謝申し上げます。

増春 喜則 様
父 義信 満中陰志として
100,000円

税等の納期
11月30日（月）

国民健康保険税 第5期
介護保険料 第5期
後期高齢者医療 第5期

忘れずに納付しましょう！

ケーシー先生の英語レッスン ~Casey's English lesson!~

ケーシー先生が今日から使える便利な英語を紹介します!

今月の一言 / Japanese word of the Month
トゥゴー プリーズ
To go, please. / 持ち帰りで

飲食店でよく聞く『店内での飲食ですか? お持ち帰りですか?』は、英語で『For here, Or to go?』といいます。
新型コロナウイルス感染拡大防止により、持ち帰りする機会が増えたと思います。ぜひ使ってみましょう!



今月の写真
Photo of the Month
スポーツ推進委員会主催
ナイターグラウンドゴルフ大会
で準優勝しました!

入札結果

入札日 9月28日

入札工事名	落札者	落札金額 (消費税込)	期間
村道中戸線水路改修工事	株式会社みよしの	1,320,000 円	令和2年12月4日まで
脇川橋橋梁補修工事	株式会社中工業	2,354,000 円	令和2年12月21日まで

てんいち先生



毎月11日は
【人権を確かめあう日】
黒滝村人権・同和問題
啓発活動推進本部

図書室だより

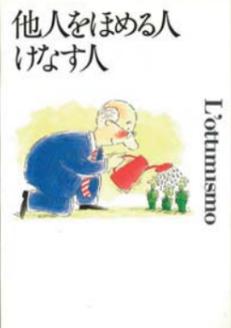
わかすぎふれあいセンター図書コーナーには、現在約5,300冊の本があります。あなたの探している本もあるかもしれませんので、どしどしご利用ください。

- 貸し出し日 月～金曜日(祝日は休み)
 - 貸し出し期間 2週間
- ※2週間以上になる場合は、教育委員会へ連絡してください。

他人をほめる人、けなす人 / フランチェスコ・アルベローニ 大久保昭男 訳

今日という時代は、絶対的な価値基準が失われ、善と悪の境もかすみ、生きていくのに不安をおぼえることが多々ある。社会であっても家庭、職場であっても同じである。それぞれの場所で生きている自分の周りには友人、同僚、上司、家族などに対し、どのように振る舞うべきかのマニュアルが与えられていない。

本書は、こういう時代に生きる私たちにたいして、ともに悩み、ともに考え、有益な意見や助言を述べてくれている。約60編のエッセイで構成されおり、その目次を見るだけで内容のあらましがみえる。友人との確執に悩むとき、学校や勤務先での人間関係の煩瑣に疲れたとき、任意の1編が心にささるかもしれない。



年金事務所からのお知らせ

<11(いい)月30(みらい)日は「年金の日」です>

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11(いい)月30(みらい)日を「年金の日」としました。

この機会に、「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額につい

て、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。

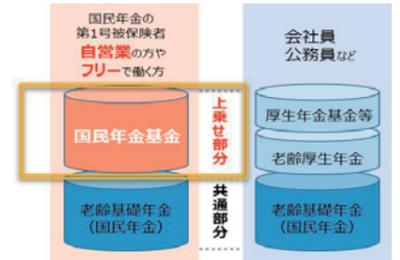
「ねんきんネット」については、日本年金機構のホームページでご確認いただくか、下記のナビダイヤル若しくは大和高田年金事務所にお問い合わせください。

- ◆お問合せ先
ナビダイヤル
☎0570-058-555
大和高田年金事務所
☎0745-22-3531

国民年金基金のご案内

国民年金基金とは?

自営業やフリーランス等、国民年金第一号被保険者の方々が安心して老後を過ごすように、国民年金(老齢基礎年金)に上乗せをする公的な年金制度です。設立の際など、厚生労働大臣の認可を受けています。



国民年金基金 5つのメリット

- ① 一生涯の受取 ○65歳から受取る終身年金が基本ですので、長い老後の生活に備えることができます。
- ② 年金額が確定、掛金額は一定 ○加入時のプランにより、将来受取る年金額が確定します。○加入時の掛金額は払込期間終了まで変わりません。
- ③ 税制上の優遇 ○掛金は全額社会保険料控除、税金が軽減されます。○受け取る年金は公的年金控除の対象となります。○遺族一時金は全額非課税です。 ※平成31年1月現在
- ④ 万が一の時はご家族に一時金 ○万が一早期に亡くなられた場合、ご家族に一時金が支給されます。(遺族一時金がないタイプもあります)
- ⑤ 自由なプラン設計 ○ライフプランに合わせ、年金額や受取期間を設計できます。○月単位で年金・掛金の額を口数単位で増減できます。

◆お問合せ先 全国国民年金基金奈良支部 ☎0120-65-4192

下市消防署からのお知らせ

11月9日は「119番の日」

☆参考☆

119番通報の際、場所や状況が正しく伝えられないために被害が拡大して現場でのトラブルが発生したり、119番通報の遅れが大惨事につながることもあります。そこで、各家庭の電話口に必要事項を記入した緊急時の通報マニュアルをはっておけば迅速・的確な119番通報が行えるのではないのでしょうか?

- ① 火事・救急は119番
- ② その他緊急通報先(110番や家族の勤務先等)
- ③ 名前・住所(番地と目的物)・電話番号
- ④ 通報内容(いつ・どこで・だれが・なにをしたのか)

奈良県広域消防組合 下市消防署・黒滝分署

人口・世帯数 (10月1日現在)

男	323人	(-1)
女	353人	(-1)
計	676人	(-2)
世帯	356世帯	(-1)

村の施設の電話番号 市外局番 (0747)

役場	62-2031
IP電話【0747-68-9200 ~9203】	
防災無線電話音声対応サービス (専用ダイヤル)	62-9010
教育委員会	62-2314
IP電話【0747-68-9204】	
診療所	62-2747
IP電話【0747-68-9700】	
歯科診療所	62-2621
デイサービスセンター (社会福祉協議会)	62-2850
IP電話【0747-68-9023】	
こもれびホール	62-2280
黒滝駐在所	62-2034
観光施設に関することは、 観光施設指定管理者 (株)黒滝森物語村	62-2770



全国一斉「女性の人権ホットライン」

夫・パートナーからの暴力をはじめとして、職場等におけるセクシュアルハラスメント、ストーカー行為などの女性の人権に関わる問題全般について、ご相談をお受けします。相談は無料で秘密厳守ですので、お気軽にご利用ください。

◆実施日

11月12日(木)~11月18日(水)

【電話による相談】

☎0570-070-810

◆受付時間

平日：午前8時30分~午後7時
土日：午前10時~午後5時
※お電話をおかけになった場所の最寄りの法務局に繋がります。
IP電話使用不可

【インターネットによる相談】

URL <http://www.jinken.go.jp/>

◆受付時間

24時間(回答は後日となります)
※インターネット人権相談フォームに相談内容等を記入して送信すると、後日最寄りの法務局が回答します

◆対象者

県内在住の女性

◆相談員

人権擁護委員・法務局職員

◆お問合せ先

奈良地方方法務局人権擁護課 ☎0742-23-5457

職員紹介

もちづき
望月

たいき
大暉

黒滝村役場 総務課
令和2年10月1日採用



◆特技・趣味

野球・サッカー・体を動かす事。

◆黒滝村の印象

温かい方達ばかりという印象です。

◆抱負

野球歴16年活かしがんばります。

◆ごあいさつ

黒滝村職員として皆さまに寄り添いながら、一生懸命がんばりたいと思います。黒滝村に必ず貢献します。よろしくお願ひします。



わたくしたちは、黒滝村のよさを活かし、先人の努力に学び、知恵と心を結集し、明るく豊かで活力ある村づくりをめざしてこの憲章を制定します。

・豊かな自然をまもり、より住み良い生活環境づくりに努めるおいとやすらぎのある村をつくりましょう。

・互いの人権を尊重しあい、やさしさとあたたかさのみちた村をつくりましょう。

・郷土の文化遺産を大切に、若い力をはぐくみ、生涯学習のふくらむ村をつくりましょう。

・勤労を尊び、産業の振興に努め、未来を拓く活力ある村をつくりましょう。

・長寿のよろこびをみんなで支え、健康で生きがいのもてる福祉の村をつくりましょう。

黒滝村村民憲章