広報

下北山

人の動き

平成27年１月１日現在

		先月1日比	前年同日比
人　口	１,０２５人	（－ 1）	（－25）
男	４６５人	（－ 1）	（－15）
女	５６０人	（± 0）	（－10）
世帯数	６００戸	（－ 2）	（－ 4）

発　行　下北山村役場　〒639-3803
奈良県吉野郡下北山村大字寺垣内983番地
☎㈹０７４６８－６－０００１
http://www.vill.shimokitayama.nara.jp/

新成人のみなさん おめでとうございます

平成27年(2015)
2
No.692

平成26年　第4回
下北山村議会 12月定例会を開催

第4回村議会定例会が12月12日、1日間の会期で開催されました。

今回は、条例の改正等が8議案と予算関係で平成26年度一般会計及び特別会計補正予算等で10議案が上程され、議会議員の期末手当に関する条例、特別職の期末手当に関する条例については否決されました。そのほかの議案については原案どおり可決決定されました。

なお、案件は次のとおりです。

★下北山村手数料徴収税条例の一部を改正する条例

★下北山村一般職の職員の給与に関する条例の一部を改正する条例

★下北山村議会議員報酬に関する条例の一部を改正する条例(否決)

★特別職の職員で常勤のものの給与及び旅費に関する条例の一部を改正する条例(否決)

★教育長の給与、勤務時間その他勤務条件に関する条例の一部を改正する条例(否決)

★下北山村国民健康保険税条例の一部を改正する条例

★下北山村消防団員等公務災害補償条例の一部を改正する条例

★南和協議会規約の変更について

★専決処分の承認を求めることについて平成26年度下北山村一般会計補正予算(第4号)

532千円が追加補正されました。歳入は前年度繰越金が計上され、歳出は山村振興センターの改修費用等が計上されました。

★専決処分の承認を求めることについて平成26年度下北山村国民健康保険特別会計補正予算(第2号)

1，280千円が追加補正されました。歳入は国庫支出金、県支出金、基金繰入金。歳出は高額医療費共同事業拠出金負担金です。

★専決処分の承認を求めることについて平成26年度下北山村一般会計補正予算(第5号)

3，045千円追加され、歳出の主なものは衆議院選挙に伴う費用です。

★平成26年度下北山村一般会計補正予算(第6号)

72，753千円が追加補正されました。歳入では地方交付税約10，000千円、村債6，060千円が主なものです。歳出の主なものは財政調整基金に43，553千円、村道路肩補修工事に6，000千円等です。

★平成26年度下北山村国民健康保険特別会計補正予算(第3号)

16，893千円が追加補正されました。繰入金が主なもので歳出の主なものは一般被保険者療養給付費負担金です。

★平成26年度下北山村国民健康保険診療所特別会計補正予算(第2号)

3，000千円が追加補正されました。繰越金収入で4，041千円。外来収入で1，040千円の減額が主なもので、歳出では繰越金に4，000千円です。

★平成26年度下北山村簡易水道特別会計補正予算(第3号)

3，366千円減額されました。簡易水道の工事費減額に伴うものです。

★平成26年度下北山村池の平公園管理運営特別会計補正予算(第2号)

174千円追加補正され、車両修繕費に充てられます。

★平成26年度下北山村スポーツ公園管理運営特別会計補正予算(第3号)

1，169千円追加補正され、きなりの湯維持修繕費に充てられます。

★平成26年度下北山村介護保険特別会計補正予算(第3号)

9，444千円が追加補正されました。歳入は国庫支出金、繰入金と繰越金で、歳出は基金の積み立てと介護保険システム委託料への支出となっています。

【一般質問】　要旨

[質問者…森岡議員]

【質問】熊出没の対応マニュアルや危機管理について

【答え】産業建設課長

出没に対応するマニュアルは定めておりませんが、周辺住民への周知と注意喚起。熊を寄せ付けないような住環境の整備に努めたい。出没熊の対応は緊急以外、捕獲が原則で殺処理は出来ません。

[質問者…辻之内議員]

【質問】獣害対策の防止柵補助を全額補助にできないか。獣害対策と関わる猟師の育成についてどう考えるか。

【答え】村長

補助金の性格からして全額補助は難しい。補助金額も昨年改正したばかりです。猟師の育成については重要なので今後検討したい。

[質問者…北議員]

【質問】河川の堆積砂利を海岸の浜に処分してはどうか。

【答え】村長

浜までの距離と膨大な運搬費用

で現実的には難しいと認識しております。

【答え】産業建設課長

今現状の対策として溜まっている土砂を処分して、災害に備えるための処分場を整備する事業を進めております。

【質問】大小井向かいの土砂処分と大倉谷の処分場計画について

【答え】産業建設課長

大小井向かいは約10万㎥、運搬費用の問題があります。コモ谷は24万㎥置けますので、ここを優先して進めて行きたい。大倉谷については周辺保安林となっておりますので非常に難しいと考えます。

【質問】五田刈の奥の崩壊地の補修について

【答え】産業建設課長

県で再調査のため測量しておりますが事業化されるかは未知数です。

【質問】若者定住対策について他市町村では助成金制度等々で積極的に行っているところもあるが本村の考えは。

【答え】村長

若者定住は従来からの課題で一番の解決策は雇用の確保と考えております。助成金等は付随するもので本村の事情に応じた制度を検討してまいりたい。

【質問】農業での生活を目指した協力隊の肥料づくりのための機械の導入は。

【答え】総務課長

サポートきなりの一員として農業に取り組んでいます。必要とあれば村として検討したい。

【質問】スポーツ公園の人工芝グラウンドの増設について

【答え】村長

交付金、補助金、起債の組み合わせ等、負担の無い方法で整備したいという思いはあります。

【質問】特別職の報酬について高いと思うが見直す考えは。

【答え】村長

職責に応じて給与が決まるという事で、近隣町村と同額であり高額とは思っておりません。

［質問者…野崎議員］

【質問】ＩＴ事業で得られたものは何か。また県からの事業照会に対応するというのは消極的ではないか。

【答え】村長

ＩＴ事業で得られたものは知識、経験。事業をする場合は財政に負担をかけないように常に対応できる体制のことで、照会を待っているという意味ではありません。

【質問】地方創生で企画立案が重要となるが。

【答え】村長

地方創生に関してまち、ひと、しごと創生計画を立てるタイミングで、総合的に議会の皆さんと議論して行く必要があると考えます。

【質問】防災対策について具体的な検討は。

【答え】総務課長

Ｊアラートを活用し机の下に隠れるより耐震化された炊事場に避難する。一般来庁者もそこへ避難誘導する。ヘルメットについては見本を取り寄せて検討中です。地域防災計画の見直しで検討して行きたいと思います。

【質問】防災無線の設置基準の状況について。

【答え】総務課長

村から貸与している個別受信機については、設置規程の内規の中で決めて行きたいと思います。

【質問】過疎地有償運送に関連して試験運行の実績と運営協議会はどうなっているか。村バスと有償バスの関係。運転手人件費の補助について。また地域おこし協力隊の募集状況についてどうなっているか。

【答え】総務課長

下北山村地域公共交通活性化協議会設置要綱がありまして、これの一部を改正して地域交通会議と運営協議会を兼ねる形で行っております。

村営バスは北山村の七色までの運行で誰でも乗車することが出来ますが、有償バスは登録された村民、その親族となっております。ベストな運行形態を確立したいと思っております。

運転手の人件費については補助なしでは厳しく、福祉行政としてのバスとして村が効率的な運営支援を行いながらサポートきなりを盛り立てたいと思います。

地域おこし協力隊の募集については県を通じてふるさと復興隊という形で募集しておりますが応募がなく、県のこの制度も1月で終了するという事で、地域おこし協力隊として村で募集する作業を進めております。

試験運行は10月24名、11月41名、12月は現在20名で利用されています。利用も多いし登録者数も増えてきております。来年1月から有償運行を開始したいと思います。

1月5日、下北山スポーツ公園多目的グラウンドにて新春恒例の下北山村消防出初式が挙行され、団長以下88名が参加しました。

当日は好天に恵まれた中、分列行進から始まり村長挨拶、団長からの訓示が行われました。

続いて日本消防協会から贈られた勤続章を受章団員へ伝達披露をし、引き続き奈良県知事表彰を始め、各表彰を受章された方々に表彰状、村から記念品が授与されました。

その後、堀川吉野警察署さくら警察庁舎所長及び仲平吉野消防署長より日頃の消防団活動に対し、激励と感謝の意を表す祝辞が述べられました。

尚、表彰を受けられた方々は下記のとおりです。（敬称略）

◆日本消防協会勤続章
（勤続30年以上の団員に贈られます。）
第3分団　副分団長　上平　保夫
第2分団　班　長　尾前　髙徳
第2分団　班　長　奥　博公
第1分団　団　員　森岡　誠
第1分団　団　員　面岡　忠男

◆奈良県知事表彰
第3分団　分団長　辻本　勇三
第2分団　団　員　井奥　進

◆奈良県消防協会長表彰
第3分団　団　員　徳本　貢一
第2分団　団　員　井奥　光浩

◆吉野支部長表彰
第1分団　団　員　中村　高明
第1分団　団　員　嶋中　透
第2分団　団　員　松本　吉生

◆下北山村長表彰
第1分団　団　員　中村　洋章
第1分団　団　員　田中　耕二

◆下北山村消防団長表彰
第3分団　班　長　神林　康幸
第3分団　団　員　和田　英樹
第1分団　団　員　田中　寛
第2分団　団　員　小西　清彦

◆吉野警察署長感謝状
第1分団　団　員　和田　博夫
第2分団　団　員　東田　勝一
第3分団　団　員　岡田　尚武

新成人の新たな門出を祝う

新春早々の1月3日、若者の帰省に合わせて「成人の日」よりも一足早く、成人式がスポーツ公園若者センターにおいて挙行されました。

今回成人を迎えられた方は、平成6年4月2日から平成7年4月1日に生まれた方で、本村中学校を卒業した11名（山村留学生含む）と小学校を途中で転校した3名の計14名が対象でした。

午前10時より、保田教育長の開式の辞で式典が開始され、上平村長の式辞、栗本副議長の祝辞の後、成人者を代表して、卜田智啓さんに誓いの言葉を述べて頂きました。また、大谷春菜さんに記念品を受け取って頂きました。

南副村長の音頭で祝杯をあげた後、福岡教育委員長が閉式の辞を述べられ、厳粛な雰囲気のなか成人式が終了しました。

式典終了後は、小学校卒業時担任の矢野先生を交えて懇談会を持ち、卒業当時おさめたタイムカプセルを開いたり、懐かしい思い出にふけったり、久しぶりに会った友との旧交を温めたりと、話も弾んで楽しいひと時を過ごしていました。

社会人となり、一人の大人としてさらに視野を広げ、これからの人生に責任を持って飛躍していただきたいと思います。

なお、今年の成人該当者は次のとおりです。（太字は出席者）

佐藤　和紀・**卜田　智啓**
中村　友人・**藤村　元大**
松谷　和馬・**吉田　友軌**
大谷　春菜・**正治かな子**
野尻　祐衣・**羽根田真美**
吉田　麻希・赤坂　幸穂
赤坂　栞奈・田嶋ひとみ
（敬称略）

成人となった喜びに目を輝かす成人者

平成26年度

中学生の「税についての作文」優秀作品が表彰されました

吉野税務署管内租税教育推進協議会では毎年、中学生の皆さんに税や財政に対する考え方をより深めていただくため、「税」を題材とした作文の募集を行っています。平成26年度は、吉野郡内の中学校12校から665編の応募があり、下北山中学校から下垣内瑞生さんの作文が、優秀と認められ表彰されました。

下北山村長賞

「税の大切さ」

下北山中学校　一年　下垣内　瑞生

今年の四月から消費税が五パーセントから八パーセントになりました。三月はよくテレビのニュースで消費税が上がる前に食品などを買い込んで行く人たちの映像がながれていました。私のお母さんとばあちゃんもたくさん買い込んでいました。

四月になり、消費税が上がるとたくさん買っていく人が少なくなりました。国もお金が必要なのは分かりますが、子ども達が何人もいる家庭や無職の人達は生活がとてもきびしくなってしまいます。でも火災や事故で消防車や救急車をよぶときにもお金がかかってしまったり、病気で病院へ行ってもかなりお金がかかってしまうことを考えると仕方がないのかなと思います。私たちがふだんなにげなく行っている学校も税などでの負担がなければ行けていないかもしれません。

でも税の負担で成り立っているのはこれらだけではありません。ゴミを処理するのも税が使われています。公園や道路、信号機なども税があるおかげでつくられました。そのほかにもたくさんのものが税によって成り立っています。

また、日本は急速な少子高齢化にともない現存の社会保障水準を続ければ、税などによる国民負担率がさらに大きくなってしまいます。一九七五年では高齢者一人につき二十～六十歳の働き手の比率は七・七人でした。でも二〇〇〇年には三・六人にまでなってしまいました。二〇二五年には一・八人に、二〇五〇年には一・二人となってしまいます。なので豊かで安心して暮らすことのできる未来のためには公平な税負担と給付の関係について、私たち一人ひとりが考えていくことが大切です。

今、私が直接かかわりのある税は消費税だけですが、いずれ大人になったら所得税・住民税、固定資産税や自動車税などいろいろな税金をはらわないといけなくなります。そのときは、私たちの暮らしを少しでも豊かで安全なものになるようにちゃんと税金をはらおうと思いました。

平成26年分

確定申告はお早めに

今年も所得税の確定申告の時期となりました。確定申告は、1年間に生じた所得に対する税金を精算する大切な手続です。3月に入りますと窓口が混雑する場合がありますので、お早めに申告をお願い致します。

【日時】
2月16日(月)
～3月16日(月)
受付時間
平日　9時～17時

【場所】下北山村役場

【問合せ先】役場住民課

吉野税務署確定申告相談会	
場　所	日　時
下北山村役場	2月24日(火) 10時30分～15時

吉野税務署職員による確定申告相談会を行います。税務署職員による申告書や収支内訳書の書き方の指導が受けられますので、お気軽にご利用ください。

NPO法人サポートきなり

過疎地有償運送出発式

テープカット

平成27年1月6日(火)午前9時から役場駐車場前において、NPO法人サポートきなり主催による過疎地有償運送車両『しもきた号』の出発式が行われました。

始めに山本理事長より「将来に続くように、運営を軌道にのせていきたい」と挨拶があり、続いて上平村長より「いくつものハードルを乗り越えて、出発式を迎えられた皆さんに感謝します。村民に愛されるしもきた号になってください」と祝辞を頂きました。

その後、運転手の紹介がありました。バス型の運転手として山岡啓一さん。タクシー型の運転手として仲博文さん、中喜美夫さん、西岡徳三郎さんがそれぞれ紹介され、近畿運輸局奈良運輸支局から認可を受けた登録表示板や村の鳥であるカワセミのイラストでデザインされたマグネット板が付与されました。カワセミのイラストで過疎地有償運送の車両であると判断できると思います。

当日はサポートきなりの理事の方や村会議員の方の出席を始め、大勢の役場職員の見送りの中、最後に村長・副議長・理事長がテープカットを行った後、バス型の車両1台とタクシー型の車両3台が、目的地に向けて出発して行きました。

過疎地有償運送を利用するにあたっては事前に会員登録と年会費の納入が必要となります。バス型については週2回(火・金曜日)の午前と午後にそれぞれ熊野方面に運行し、週3回(月・水・土曜日)は村内を巡回します。タクシー型については、北方面は吉野町、南方面に御浜町や尾鷲まで運行します。どちらも完全予約制で走行距離によりそれぞれ料金を支払うシステムです。詳細については以前、各戸に配付しましたピンク色のラミネートした運行表をご覧ください。

【問い合わせ】
サポートきなり☎6－0770

【これまでの経緯】

平成24年7月にふるさと復興協力隊が配置され、高齢者を対象に村内で困っていることをアンケート調査し、草刈りや休耕田畑の管理、獣除けの柵を始め買い物するのに非常に困っている等の回答を得ました。その後、平成25年5月に生活支援員が加わったことで、任意団体の生活支援隊サポートきなりの活動が本格化し、この年の夏から草刈りや土曜朝市などが開始されました。

また、村内のタクシーの廃業に加え、昨年10月には公共交通機関の奈良交通バスの便が1便減ったことで、移動制約者といわれる高齢者の方の移動が困難となりました。この対策として、第三者機関を立ち上げて運送できないかと協議した結果、生活支援隊サポートきなりを法人化することで移動制約者対策に貢献できるのではないかと考えました。

平成26年6月にNPO法人サポートきなりの設立総会を経て県に申請し、正式なNPO法人登記を行いました。10月には過疎地有償運送の許可をもらうための多種多様な申請書を作成、村地域公共交通活性化協議会の同意を経たのち近畿運輸局奈良運輸支局に提出しました。12月末に登録許可が下り今年1月に初日を迎えることができました。

記念写真

赤ちゃん誕生祝い金を交付しました

1月7日(水)赤ちゃんの誕生を祝福し、あわせて健やかな成長を願い、「赤ちゃん誕生祝い金」が交付されました。

平成26年9月13日生まれ
田中大智(たなかだいち)くん(浦向)
(父／尋仁・母／佳代子)

ニコニコ笑う愛想のいい次男坊です。
親子共々よろしくお願い致します。

下北山村地域おこし協力隊のつぶやき その25

＊工藤延春 隊員

こんにちは、工藤ちゃんです。

気がつけば年がかわって協力隊としての最後の年になりました。早急に今後の計画を立てねばと焦っている今日この頃です。

12月21日にハウスまなを初出荷しました。1月に入ってからも二回出荷しました。昨年度よりも速いペースで量も多いです。ただ露地ものの方は2月に入らないと出せないかなというところです。

土曜朝市や無人市に出していたジャガイモとトウガラシもほぼ在庫無しですが、調製中のゴマとエゴマを1月中には出したいと思っています。

鳥獣害対策フェンスもあとは電柵の設置だけになりました。これもこの村報が出る頃には完了しているはずです。

サポートきなりでも本格的な動きが始まり、1月には下北山村のコミュニティビジネス視察研修会を受け入れ、協力隊の活動内容を含めサポートきなりの事業内容を報告しました。

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

＊渡部みなみ 隊員

こんにちは、寒いですね。下北春まなのおいしい季節です。毎年この時期春まなとみかんの食べ過ぎで皮膚が黄色くなるみなみです。カロテン血症と言うらしく、黄色くなるだけで害は無いとのこと。黄疸ではありませんので、みなさまわたしが黄色く見えてもどうぞご心配なく（笑）。

さて折角なので春まな話をもう少し。この時期やっぱりさっと湯がいた春まなに酢味噌をぬって食べる「春まな寿司」が一番ですが、わたしはピリ辛味も好きなので、酢味噌の代わりに「ハラペーニョ味噌」を使うことも多いです。このハラペーニョ味噌は、工藤隊員が育てたハラペーニョ（唐辛子の一種）と6年物の熟成南朝みそを原料に、てんさい糖、酒、胡麻油、そして工藤隊員の金胡麻を加えて作る、ピリ辛おかず味噌です。自分が食べたいから作っていますが（笑）、土曜朝市でも販売中ですのでどうぞお試しください。ごはん食べ過ぎること請け合いですよ！

ハラペーニョ味噌

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

＊牧　絢 隊員

こんにちは、牧です。寒い日が続きますが、下北春まなのおいしい季節でもありますね。先日、実家に春まなを持ち帰りました。湯がいた春まなに甘いおかず味噌を塗ってごはんをつつみ、家族みんなで食べました。おいしいと大好評で、ついつい食べ過ぎてしまいました。こんなにおいしい物を食べられるとなると、寒い季節も楽しみになります。

さて、1月5日より過疎地有償運送の運行がついに始まりました。いろいろな課題を乗り越え、無事にこの日を迎えることが出来て本当に嬉しく思っています。

当日の出発式では司会進行を務めさせて頂きました。初めての経験でとても緊張しました。

あいにくの雨でしたが、多くの方にお集まりいただきました。ありがとうございました。

そして、10月1日から実施してきました試験運行ですが、12月26日をもちまして終了しました。これまで試験運行を利用して頂いてありがとうございました。3ヶ月の間で熊野方面の利用者延べ127人、村内の利用者延べ9人、合計136人の方にご利用頂きました。運行中、至らぬ点も多々あったかと思います。今後、改善に向けて取り組んで行きたいと思います。

過疎地有償運送の利用方法や料金等は、年末に各戸配布させて頂いたピンク色のチラシに書いておりますが、ご不明な点がありましたら、お気軽にお問い合わせください。

村民の皆さまに愛される「しもきた号」を目指して、またこの取り組みをずっと続けて行くことができるように頑張ります。これからもよろしくお願いします。

出発式　運転手さん紹介

第4回 高血圧症③

下北山村診療所の飯田実加です。

２０１５年になり、２ヶ月が経とうとしています。まだまだ寒い日が続いていますね。今年も下北山村の皆様が元気に楽しく生活していただけるよう精一杯努力させていただく次第ですので何卒よろしくお願いいたします。

さて、前回は家庭血圧についてご説明させていただきました。前回の☆診療所からこんにちは☆を読んで、積極的に家庭血圧を測定していただいている方も多くなった印象を受けます。やはり下北山村の皆様は、コツコツ丁寧に努力を継続できる方が多いように感じます。「継続は力なり」とはその通りであり、本当に素晴らしいなぁと実感しております。

今回は高血圧症の最終回です。血圧管理の主軸である減塩についてお話したいと思います。

第４回目のテーマは、高血圧症③です。

高血圧症のために治療を受けていらっしゃる方や血圧が高めの方に是非とも気をつけて頂きたいのが「減塩」です。

ズバリ！血圧管理には塩こそが要なのです。

塩分（正確には塩化ナトリウム）がなぜ血圧に関連しているかを厳密にお話すると少し難しくなってしまいますが、ナメクジに塩をかけるとナメクジは小さくなってしまいますよね。塩には水分を引き込む力があるため、ナメクジの体内の水分が奪われてしまうわけです。同様に人の体内でも塩をたくさん摂取しすぎると水分を引き込むため血圧が高くなります。

２０１４年に発表されたガイドラインでは、高血圧治療における１日の減塩目標値は６グラム未満とされています。しかし、６グラムというのはかなり薄味で、濃い味付けに慣れている方が目標を達成するのはなかなか難しいものです。そこで調理のコツ！を少し紹介したいと思います。

コツ①出汁の風味を活かし、具をたくさん入れる。

味噌汁やスープなどの汁物を調理する際にはかつお節や昆布、煮干しなどで出汁をしっかり取ると薄味でも美味しくいただくけます。また具を多くすることで汁の量が少なくてすみます。

コツ②酢・柑橘類を利用する。

酢、ポン酢、ゆず、すだち、かぼす、レモンなどを使用することで塩や醤油を減らすことができます。特に酢の物は塩分をほとんど使用せずに美味しくいただける一品ですね。

コツ③香味野菜・香辛料で味にアクセントを付ける。

にんにくやセロリ、パセリ、生姜、ねぎ、青じそ、みょうが、三ツ葉、コショウ、唐辛子、カレー粉などで味付けをすれば、塩味を使わずに美味しくいただけます。

コツ④塩味を加えるタイミングに注意する。

肉じゃがや煮物などの煮込み料理では先に味付けをしてしまうと、具材に塩分が染み込んでしまいます。よく煮込んでから、仕上がり間近に醤油や塩などを加えるようにしましょう。

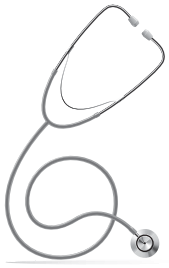
またスーパーで販売されている味噌や醤油には減塩のものもあるので、そちらを選ぶのも良いです。

外食されるときの注意点としてはうどんやラーメン、丼物などの一品ものよりは定食を選ぶ方が栄養バランスの面からも良いと言われています。単品ものは塩分調整も難しく、栄養が偏りがちになります。定食を選んでも汁や漬物は塩分が多いので控えるようにしましょう。

コンビニ弁当をよく食べる人も要注意です。味付けが濃く、塩分も全体的に多いと言えます。実際、煮魚や煮物などは塩分が染み込んでいるので減塩には向きません。焼き魚に塩や醤油をかけるのではなくすだちやレモンを搾る、豚しゃぶにポン酢をかけて召し上がるなどの工夫をすれば塩分を上手に制限できますね。

以上、高血圧症に関して3回にわたってお話させていただきました。少しでも皆さんの理解が深まれば幸いです。

下北山村診療所　飯田実加



暦の上は春を迎えましたが、まだまだ寒い日が続いていますね。九州地方ではそろそろ梅が咲く季節のようですよ！こういうニュースを聞くと、今から下北山村の桜が待ち遠しいです。

【対象】村内在住の方　【参加費】無料　【お申込み・お問い合わせ】保健センター ☎6−0015

◆音楽療法士による健康教室

＊昭和歌謡教室＊

皆さんの大好きな歌謡曲で盛り上がりましょう。音楽を愛する人、ご参加をお待ちしています。

【日　時】2月17日（火）
午前10時30分～12時
【内　容】レクレーション
【講　師】福田朝子音楽療法士
※送迎には予約が必要
【持ち物】下北山スタンプラリー
【場　所】下北山村保健センター

◆椅子ヨガ教室
～誰でもできる！楽しいヨガ～

大好評の椅子に座ってできるヨガ教室です。骨をしっかりと支える筋肉を強化する運動です。どなたでも参加できます。

【日　時】2月26日（木）
午後1時30分～3時
【場　所】下北山村保健センター
【講　師】ヨガ講師 桝井紋子先生
【服　装】動きやすい服
※送迎を希望される方は要連絡

◆こころの健康づくり相談会

相談内容はどんな些細なことでもかまいません。相談員には、心の専門家である臨床心理士が対応いたします。また、お話いただいた内容は秘密厳守されます。

【相談員】臨床心理士２名
【日　時】２月28日（土）
３月14日（土）
午前10時～午後３時
【場　所】下北山村保健センター

◆赤十字幼児安全法講習
からだで覚える子どもの救命法！

子育てをしながらドキッ！ヒヤッ！とした経験はありませんか？今回は、赤十字奈良県支部より講師の先生をお招きして、いざという時の子どもの救命法について教えて頂きます。備えあれば憂いなし、ぜひご参加ください。

【日　　時】３月12日（木）
午前10時30分～12時
【場　　所】下北山村保育所
【参 加 費】無料
【お申込み】※要事前申込み

もちつき大会

1月21日(水)育児サークル恒例の**「もちつき大会」**を行いました。子ども達は、もちを丸めたりし、楽しそうに過ごしていました。

医学の豆知識

「インフルエンザ」

インフルエンザの流行は、例年12月上旬頃から始まり、翌年の1～2月にピークを迎え、3月末から4月にかけて減少していきます。流行するインフルエンザウイルスには、A型とB型があります。

インフルエンザは、感染した人が咳やくしゃみをした時に、そのウイルスが飛び散って、それを他の人が吸い込むことにより感染します（飛沫感染）。また、感染した人の手に付いたウイルスが、物を介して他の人の手に付着して、その手で鼻や口を触ることにより感染します（接触感染）。

感染してから発症までの潜伏期間は1～3日です。症状は突然の38度以上の発熱、寒気、全身のだるさ、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が現れ、同時か少し遅れて鼻水、咳、のどの痛みなどの呼吸器症状が現れます。そして、発熱が3～4日続いた後、1週間程度で落ち着きます。

しかし、喘息などの呼吸器の病気や、心臓、腎臓、肝臓に重い病気のある人、糖尿病、ステロイドのような免疫力が低下する薬を服用しているなど、基礎疾患がある人のほか、妊婦、乳幼児、高齢者は肺炎や脳症など重症化することがあります。

予防としては、うがい、手洗いの励行、人ごみを避ける、睡眠を充分とって体調を整えることを心掛けましょう。流行前に予防接種を受けることも大切です。

とにかく、インフルエンザと思われる症状が出れば、かかりつけ医を受診して検査を受け、陽性であれば抗インフルエンザ薬を服用しましょう。それにより、発熱や全身症状が1～2日間短縮できますが、発症後48時間以内に服用しなければ効果が弱いため、早期の受診をお勧めします。

奈良県医師会

駐在さん通信

こんにちは。
寺垣内駐在所の與那嶺です。
最近読んだ小説で興味深い本がありました。
角川書店発行・天藤真・「大誘拐」です。
紀伊山地のど真ん中の山村に居宅を構える大富豪の老夫人が青年3人組に誘拐されるも、思うところある老夫人が何故か犯人らのリーダーとなり、莫大な身代金を老夫人自らの家族からまきあげようと企てるというお話です。
ストーリー自体、本当に面白いものでしたが、私の興味は、小説の舞台や背景に注がれました。
老夫人の居宅があり、また、誘拐発生の舞台となるのが、「紀伊山地の南面に位置し、千メートル級の山々が立ち並び、山あいの谷間谷間に人家が散在する山国」とされ、犯人達の隠れ家が置かれた場所が、「奈良県南東部の山村」とされており、まさに、下北山村が強く連想されたのです。

そして、先の誘拐の舞台となる山村における、村人達の会話が特に興味深いものでした。
村人A「ちょっと気になることがあるんや。」
村人B「何や。」
A「きのう、エンストしとる車を見かけたんや、手助けしたろか思って近づいたら、男が要らんゆうて手振りで断りよる。しかも、白いマスクかけとってな。」
B「ふむ、そのマスクの男がどないしたんや」
A「ちゃうねん、車のほうやねん。今日もまた、○○集落でその車が走って行くの見てん。」
B「マスクの男、乗ってたんか」
A「そこまでは見えへんかってんけどな、あれは□□ちゅう名前の車や。この辺では見かけへん車や。」
B「ふーん、一度や二度なら偶然かもしれんけども、三度となると要注意やな。」

というもので、結論から言えば、この車は犯人らが使用していた車であり、犯人グループが目立たないように細心の注意を払って行動していたにもかかわらず、わずかなこの痕跡を、きっちり村人が気に留めて、注意喚起を行っていた、というものです。
この小説は、1980年前後当時を背景としており、確かに当時は交通不便な山村に他府県ナンバーや見なれない車が走っていれば特に目についたものと思います。
しかし、犯人の方も、よそ者がうろうろしては目立つと念には念を入れて犯行に及ぶ部分が描かれていましたから、この村人の観察力、防犯意識の高さたるや、飽くまで小説の中の話とはいえ、感心せずにはいられませんでした。
下北山村に置き換えて考えてみても、「地元住民の目」というものが防犯上、大きな役割を果たしているものと思います。
昭和のころに比べ、交通事情が良くなり、村外、他府県からの観光客も増え、見慣れない車や、見慣れない人を見かける機会が増えたとはいえ、防犯センサーとしての「地元住民の目」は、いささかも衰えることはないと思います。
昨年同様、凶悪犯罪の無い、死亡事故の無い下北山村を目指す上で、パトロールに励む所存でありますが、皆様の「地域住民の目」も多いに頼りにしております。

チビッコポリスによる110番啓発活動の実施

1月10日の「110番の日」にちなんで、今年も9日に下北山保育所の青組さんの3名がチビッコポリスとなり村内の金融機関や役場などを訪問し、110番の啓発を実施しました。
訪問先では、チビッコポリスが「110番は正しくかけましょう。振り込め詐欺からお年寄りを守ってください。」と元気な声で呼びかけてくれました。

こちら
消防分遣所

春の火災予防運動

3月1日(日)～3月7日(土)

今年も全国一斉に、春の火災予防運動を実施します。
この運動は、みなさま方に火災予防の意識を高めていただくことで、火災の発生を防止して尊い生命と貴重な財産を守ることを目的としています。

◆火災予防の習慣

いま、住宅火災による被害が増えています。
お出かけ前や、お休み前など、日頃から火の元を確かめる習慣をお忘れなく。

- ●寝たばこはやめましょう
- ●ストーブから燃えやすいものを離しましょう
- ●ガスこんろから離れるときは火を消しましょう
  ガスこんろから離れるときは火を消しましょう

**「もういいかい
火を消すまでは
まあだだよ」**

（平成26年度全国統一防火標語）

◆火災への備え

「もしも我が家が火事になったら…」
家族で防火について話し合い、考える機会をもつことが大切です。
そのうえで、次の4つの対策をお忘れなく。

- ●住宅用火災警報器で逃げ遅れを防ぎましょう
- ●防炎製品の寝具・カーテンを使用しましょう
- ●消火器で火災を小さいうちに消しましょう
- ●近所の協力でお年寄りや体の不自由な人を守りましょう

吉野消防署
ＴＥＬ 0746（32）1011
ＩＰ　0746（39）9107
ＦＡＸ 0746（32）0130

近畿運輸局
奈良運輸支局からのお知らせ

毎年3月末は、決算期や自動車税の賦課期日の終期等による影響を受け、自動車の車検･登録の各種申請が窓口に集中します。

申請手続きをお早めにお願いいたします。

この時期に申請されますと、皆さま方には長時間お待ちいただくなど大変ご迷惑をおかけすることとなります。

このような状況を緩和するため、自動車の移転登録（名義変更）や抹消登録（廃車）等の各種手続きは、できるだけ早期に済まされるようお願いします。

登録の手続き案内は、ヘルプデスク「050−5540−2063」（音声又はFAXサービス）により24時間行っています。

また、近畿運輸局ホームページ「http://wwwtb.mlit.go.jp/kinki/」で、各種手続き案内を掲載していますのでご利用ください。

赤い羽根共同募金
ご協力ありがとうございました

「じぶんの町を良くするしくみ」をキャッチコピーに10月1日から12月31日まで全国一斉に実施されている“赤い羽根共同募金”にご協力いただき、誠にありがとうございました。

集まった募金は、奈良県共同募金会をとおし、地域福祉の向上を目的として地域に配分されます。

下北山村社会福祉協議会では、村内の生活困窮世帯への慰問金や児童育成のための支援金としてお役立てさせていただいております。

今年度赤い羽根共同募金額

戸別募金	124,521円
小学校募金	3,131円
一般募金	623円
合　計	128,275円

村長室から 138

皆さんは、森林環境税ってご存知ですか。

奈良県では平成18年度から導入し、個人からは年額500円、法人からは県民税均等割りの5％相当額を徴収している。県民税均等割に上乗せして払っているので、自分が納めていることに気が付いていない方もおられるかもしれないが、税収規模は毎年約3億円に上り、山村地域の森林環境保全とともに、平野部あるいはその周辺における里山林などの身近な森林の保全などのために利用されている。

来年度（27年度）で、導入してから10年目を迎えるにあたり、事業の取組状況や効果を報告し、これからの取組について考えるため、「森林の適切な保全と活用シンポジウム」が、1月10日（土）、奈良県橿原文化会館小ホールで開催された。

当日は、長谷川尚史京都大学准教授による基調講演「未来社会での森林資源利用」のあと、パネルディスカッション「森林環境税を活用した取り組みを振り返り、これからの森林を考える」が行われ、5人のパネリストが登場したが、そのうちの1人として私も発表の機会をいただいた。

私からは、「サッカーフェスティバル」、朝倉企画による「バイオリンセミナー」、そして「新宮山彦ぐるーぷ」についての事例報告を行った。パネルディスカッションは勿論であるが、事前打ち合わせが昼食をとりながら1時間ほど行われ、有意義な時間を過ごさせていただいた。

当日の参加者は約150人程度だったが、森林に対する理解が少しでも広がればと願う。

てんいち先生

謹んでお悔やみ申し上げます

高谷茂彦さん（池峰）
一月六日逝去　享年八十一才

中泰夫さん（上池原）
一月七日逝去　享年七十七才

シルバー募金にご協力いただいた方

池峰（1月13日）
高谷糸枝さん

寺垣内（1月28日）
正法寺梅花講

池原（2月3日）
普門寺梅花講

ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。

きなりの郷下北山 ふるさと寄附 ふるさと納税制度

ふるさと納税制度にご協力いただいた方

・葛城市（1月13日）
門田充幸さん

・名古屋市（1月30日）
林弘さん

ありがとうございました。