

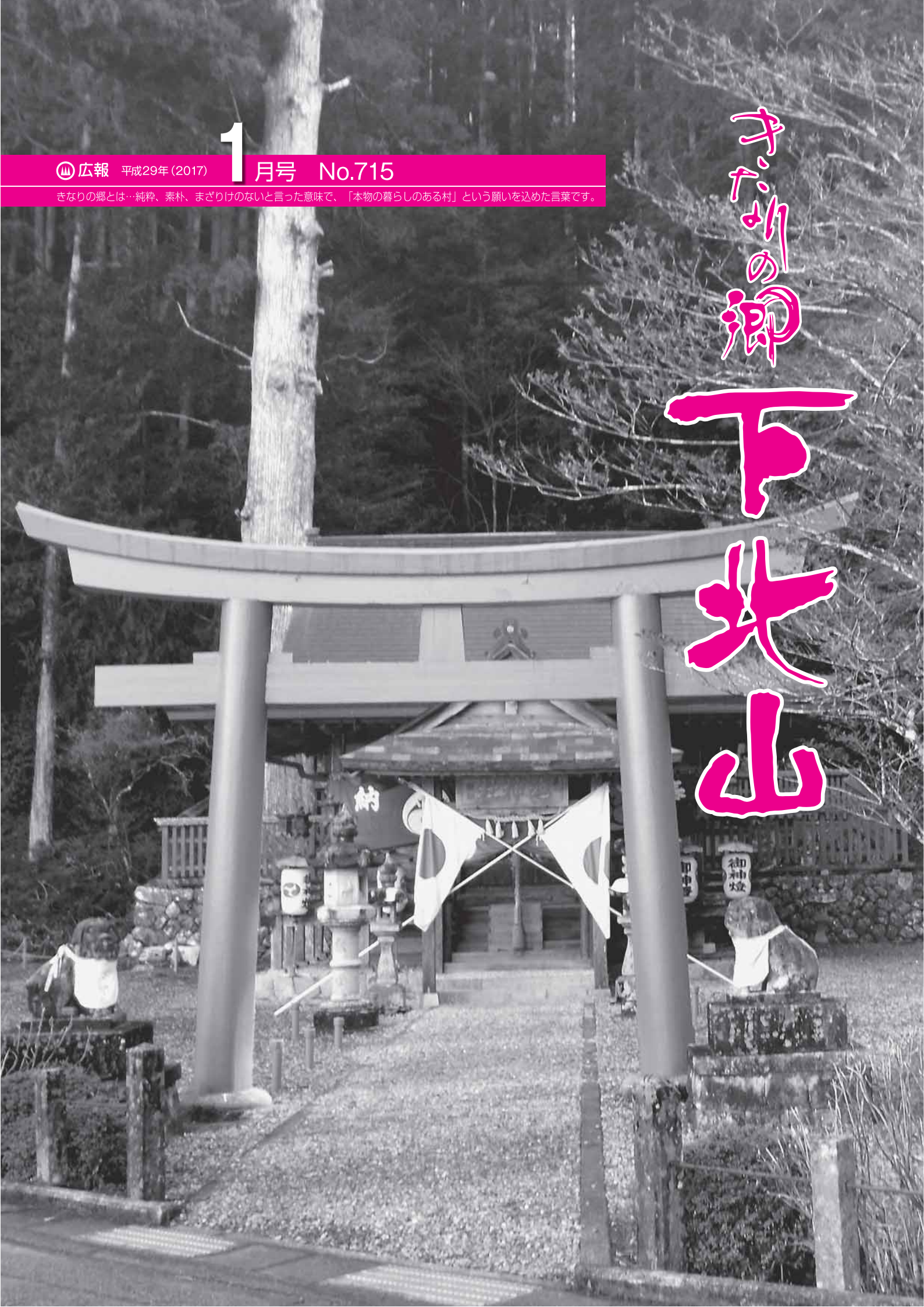
山 広報 平成29年(2017)

1 月号 No.715

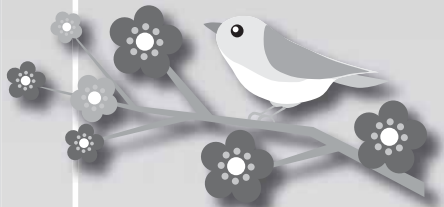
きなりの郷とは…純粋、素朴、まざりけのないと言った意味で、「本物の暮らしのある村」という願いを込めた言葉です。

下北の御

下北山



新年のご挨拶



下北山村長

南 正文



新年あけましておめでとうございます。

村民の皆さまには、清々しい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

昨年は、リオオリンピックで多くの日本選手が活躍され、過去最多の41個のメダルを獲得するなど日本にとって明るいニュースがありました。

本村におきましても、第26回奈良県消防操法大会において下北山村消防団が小型ポンプ操法の部で見事優勝するという、村にとりまして大変嬉しいニュースがありました。厳しい訓練に耐え、一生懸命努力し、見事優勝を勝ち取った選手諸君に改めて敬意を表するところであります。

さて、国におきましては、地方創生という名のもと様々な施策を講じております。

本村でも国の地方創生加速化交付金事業を活用して2つの事業を進めています。

1つは、自伐型林業の推進であります。下北山村の面積の92%は森林であり、古くからこの森林資源を活用して林業が盛んな村でありました。

しかし、近年は木材価格の低迷等により林業が衰退している状況にあります。

私は、村の活性化を考えたとき、望ましいあり方はこの92%の森林を活用した地域振興であると思っています。

自伐型林業を推進することにより、雇用の場の確保並びに森林のよりよい環境保全、活用ができないかと考えています。

昨年11月、自伐型林業フォーラムを開催したところ村内外から多くの皆さまがご出席して下さいました。改めて自伐型林業への関心の高さに驚いたところです。

自伐型林業とは、低コスト化を実現し、持続的に森林整備を行っていく環境保全型の長伐期・択伐林業です。今年から講習会やモデル事業を展開し、自伐林家を増やし、さらに製材所を機能させ稼ぐ力を強化していくことを目指しています。現在、3名の協力隊員が自伐林家をめざして頑張ってくれていることになっています。

2つ目は、「*1奈良・下北山 むらコトアカデミー」の開催です。

人口900人足らずの小さな下北山村が首都圏の*2ソーシャル層とのつながりをテーマに、*3雑誌ソトコトとともに「奈良・下北山 むらコトアカデミー」を開催します。講座では、下北山村の現状を学ぶ基礎*4レクチャー、*5グループワークや現地実習を通じて地域の可能性や受講生一人ひとりのつながり方を見つけプランを作成します。受講生が講座への参加を通じて、将来の移住や首都圏在住であっても下北山村の地域振興をサポートし、様々な事業に参画するきっかけとなることを目指しています。

私は、今年、「生成発展」という言葉をキーワードに村政を進めていきたいと考えています。パナソニックの創設者である故松下幸之助氏は、「生成発展とは、日に新たにということであり、古きものから新しきものへと変わっていくことである。絶えざる創意と工夫とによって、これを生成発展の道に生かしていくとき、そこに限らない繁栄、平和、幸福が生まれる。」とおっしゃっています。

本村におきましても、創意と工夫をもって常に新しいことへの取り組みを行い、限らない村の発展につなげていきたいと考えています。

結びに、本年が皆さまにとりまして健やかで実り多い年となりますようご祈念申し上げまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。

【*1 奈良・下北山 むらコトアカデミー】…下北山村のことを研究するところ

【*2 ソーシャル層】…社会貢献や環境問題に関心がある層

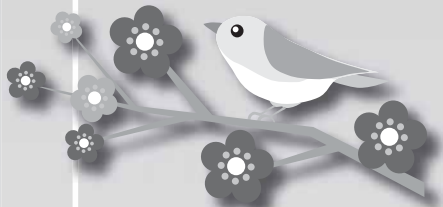
【*3 雑誌ソトコト】…健康と環境そしてこれを心がける生活スタイルを提唱している月刊誌

【*4 レクチャー】…講義

【*5 グループワーク】…グループ活動を通じて、個人、集団、地域社会の諸問題に、より効果的に対処できるよう人々を支援する方法



新年のご挨拶



下北山村議会議長

山 本

敏



明けましておめでとうございます。

村民の皆様にはさわやかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

日頃は、議会に対しまして温かいご支援とご理解を賜っておりますこと篤くお礼を申し上げます。

さて 昨年を振り返ってみますと、まず8月に行われました奈良県の消防操法大会において下北山村消防団の若手選抜メンバーが見事優勝の栄冠を勝ち得たことがあげられます。

改めまして、その健闘を称えますと共に関係者の皆様にお礼を申し上げます。

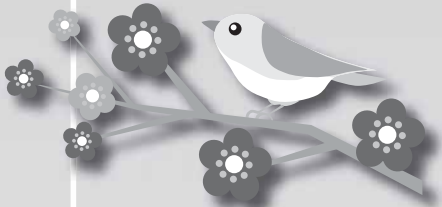
また師走には、きなりの湯が設立20周年を迎えました。この間、220万人もの多くのお客様にご利用いただきましたことにも御礼と感謝を申し上げ、今後とも末永くご利用の皆様喜んでいただける温泉施設でありますよう祈っております。

平成26年に始まりました、国のかけ声による地方創生の動きにより、下北山村も準備段階からいよいよ実行段階へと移されております。

今後、村のあちこちでいろんな事業展開を見受けられると思いますが、皆様には温かい目で見守っていただきたいと思います。議会もこれらの諸事項に対し協力してゆくと共に、その推移を見つめてゆきたいと思っております。

昨年も、国の内外におきましていろんな出来事がありました。今年こそ明るいニュースで溢れますよう念じると共に、皆様にとって幸多き一年となりますよう祈念申し上げまして新年のご挨拶といたします。

新年のご挨拶



下北山村消防団長

栗 本 武 平



新年明けまして おめでとうございます。

村民の皆様におかれましては、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

さて、私こと

この度、木谷前団長の勇退に伴い、図らずも村消防団長の重責を担うこととなりました。浅学非才ではございますが、村民の生命と財産を守るという崇高な使命の達成に向け、団員とともに精一杯努めて参りたいと存じますので、前団長同様引き続きご指導とご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

さて、ここ数年、大きな火災や自然災害の被害もなく無事に過ごしてきましたが、過去の例に照らしましても、いつ何時天災来襲があるか予断を許さないのが自然の厳しさでもあります。そのことを心に刻みながら、折しも南海地震、東南海地震の発生が危惧されている現状を鑑み、いかなる場面に遭遇しようとも、慌てることなく最善を尽くすべく教育、訓練に努めるとともに、その責務を果たしていく所存でございます。

このような状況のもと、昨年は天理市において開催されました消防技術の訓練を競う「第26回奈良県消防操法大会」に本村消防団が小型ポンプ操法の部に出場し、日頃の訓練の成果を出し切って見事優勝の栄冠を勝ち取りました。

今後も、操法大会を通じて培った技術と精神力、そして団員相互の強い絆を消防団活動へ引き継ぐとともに、平素からの予防活動を強化し、消防団としての規律と団結の向上を図ることは勿論、吉野消防署との綿密な連携を保持し、いつ如何なる場面に当たっても適宜適切に対応できるよう常に気を引き締めてまいります。

年の初めに当たり、私ども消防団員一同心をひとつにして、地域防災のリーダーとしての自覚を持ち、郷土下北山村が災害のない安全、安心して暮らせる穏やかな村でありますよう、また村民の皆様の益々のご健勝を心よりご祈念申し上げます。新年のご挨拶に代えさせていただきます。

平成28年度

農産物品評会開催



11月25日(金)、スポーツ公園若者センターにおきまして、農産物品評会が開催されました。

今年の天候は9月に雨が多く、10月になると気温が下がらず暖かい日が多くなりました。そのため、秋に種を蒔く白菜や大根等の野菜作りが非常に難しい気候でした。全体的に見ると、今回の出品数は、根菜類、イモ類、葉菜類、果実類、きのこ類等101点の出席で、109点だった昨年から少し下回る結果となりました。

した。内訳としては、全国的に不作である白菜、大根が減っており、果実類が豊作のため増えていました。また、出展者数は昨年より9名減少して35名となり、残念ながら出品数・出品者数共に減少してしまいましたが、天候不順等の営農条件が非常に厳しい中、高品質の作品が多かったように感じます。特に特賞の丸大根は形と色

つやが良いすばらしい丸大根でした。

今後とも村として、農産物を作って頂いた農業者の皆様のためにも、農業振興・獣害対策に力を入れていきたいと思っています。

審査は南部農林振興事務所により、外観・色つや・揃い・病虫害の有無などを重点に慎重かつ厳正に行われました。

各賞を受賞された方々は、左記のとおりです。

平成28年度 下北山村 農産物品評会審査結果

特 賞

交 付 賞 名	作 物 名	住 所	受賞者名
奈 良 県 知 事	丸 大 根	上桑原	福 本 利 通

最優秀賞

下 北 山 村 長	白 菜	上桑原	上垣内 敏 子
-----------	-----	-----	---------

優 秀 賞 (7名)

交 付 賞 名	作 物 名	住 所	受賞者名
奈良県南部農林振興事務所長	ジャバラ	上桑原	栗 本 武 平
五條吉野農業推進協議会長	大 根	上池原	中 村 喜美代
下 北 山 村 議 会 議 長	お 茶	佐 田	山 岡 美智枝
吉野地方農業委員会協議会長	里 芋	大 里	平 尾 千代子
下北山村農業委員会会長	ジャガイモ	上桑原	山 岡 ゆ き
奈良県農業協同組合代表理事長	長 ネ ギ	上桑原	西 村 湧 子
吉野地区営農連絡協議会長	小 豆	小 井	岡 部 フミヨ

交 付 賞 名	作 物 名	住 所	受賞者名
一 等 賞	下北春まな	佐 田	下北山村特産物加工組合
二 等 賞	ジャバラ	上桑原	西 村 嘉 之
三 等 賞	ほうれん草	寺垣内	北 村 久美子

交 付 賞 名	作 物 名	住 所	受賞者名
努 力 賞	レ モ ン	上桑原	辰 本 茂
努 力 賞	ユ ズ	浦 向	田ノ下 美津代
努 力 賞	こんにゃく芋	池 峰	山 本 節 代



「下北山温泉 きなりの湯」

20周年を迎え

盛大に式典を行う



「下北山温泉 きなりの湯」は平成28年12月6日をもって20周年を迎えることができました。

ご愛顧頂いたお客様に、日ごろの感謝を込めて感謝祭を開催し、去る12月3日(土)記念式典を執り行いました。南村長は「これからも愛される温泉であるために努力していきたい。」と挨拶をされ、式典の後は村の子供たちによる太鼓演奏や、キナリーズ歌謡ショーが催され大いに賑わいました。

また、翌日4日には中村天平ピアノコンサートを開催し、大勢の観客にお越し頂き、20周年感謝祭に華をそえました。





保育所発表会&いこいの郷訪問



11月26日(土)、保育所体育館で保育所園児による発表会が行われ園児たちは、一生懸命練習してきた歌、太鼓、お遊戯や音楽劇を元気に披露しました。

音楽劇「大きなかぶら」では保育士の先生に作ってもらった、かわいい衣装を着て一致団結し、劇を最後までやり遂げることで成長した姿を見せてくれました。また、12月7日(水)には、いこいの郷でも歌とお遊戯を披露し、入居者やデイサービス利用者の皆様は、園児たちのかわいい姿に微笑んでいました。昔、保育士をしていたという利用者の方は、昔を思い出し懐かしんでおられました。



板谷修三郎さん新百歳祝い金交付

上池原の板谷修三郎さんが、11月28日に100歳の誕生日を迎えられ、村から「新百歳祝い金」が交付されました。

板谷さんはとてもお元気で、自宅の中を歩いて見せてくれたり屈伸運動まで見せてくれました。毎日の日課は、新聞を読み、時間のあるときは、簡単な編み物をしているとのことでした。

これからも、お体に十分気を付けていただき、いつまでもお元気で過ごされますようお願いしております。



平成28年度秋季高齢者

グラウンドゴルフ大会 平尾繁美さんが制す!

快晴の下、恒例の秋季高齢者グラウンドゴルフ大会(教育委員会主催)が、11月29日(火)、スポーツ公園人工芝グラウンドで開催されました。

今回、村内高齢者54名が参加され、2コースの計16ホールで技を競い合いました。参加されている方も人工芝グラウンドにも慣れてこられ8つのホールインワンが出るなど大変盛り上がりしました。

結果は、1回目12、2回目28、合計40でした。なお、上位入賞者は次の方々です。

優勝	平尾 繁美
準優勝	木谷 さよ子
三位	吉田 光宏
四位	木谷 マス子
五位	杉岡 美智子

(敬称略)



▲見事優勝を果たした平尾さん



『歩け歩こう会』 伊勢神宮外宮から内宮

当日、伊勢市の天気予報では昼過ぎから雨の予報でしたが、天候に恵まれ12月4日(日)、スポーツ推進委員会主催による「歩け歩こう会」が開催され、村民の方37名とスタッフを含む45名が参加しました。

今回のコースは、伊勢神宮外宮から伊勢古市参宮街道を経て内宮までの5.8キロの行程を歩きました。伊勢古市参宮街道は、江戸時代には芝居小屋などが立ち並びお伊勢参りの人々で賑わい、「東海道中膝栗毛」で有名な弥次さん喜多さんとも歩いたとされています。現在でも麻吉旅館をはじめ伊勢の特徴的な街並みである妻入り家屋や名所・旧跡もかなり残っています。外宮からは「間の山」でのぼり、平坦な「長峰」を経て、「牛谷坂」で下り、内宮へと向かいました。今回は遠方にもかかわらず多くの方にご参加いただき、伊勢神宮への参拝を終え、身を清められたと感じられた方も多いと思います。参加者が帰りのバスに乗りしてから雨が降り出し、伊勢神宮への参拝でおかげをいただきました。



日本遺産認定記念 前鬼の里探索ツアー

10月29日(土)日本遺産認定記念「前鬼の里 探索ツアー」が開催されました。

このツアーは村外の方を対象に下北山村の魅力を広くPRするために開催しました。奈良市や大阪より参加いただき、秋晴れの登山日和の中、不動七重の滝を始め、小仲坊、トチノキ巨樹群を巡りました。参加者は大迫力の自然や、1300年の歴史を感じさせる小仲坊に感激して、「またこういったツアーをやってほしい」と嬉しいお言葉を頂くことが出来ました。



「おもてなし スタッフ養成講座」開催

11月30日(水)スポーツ公園研修室にて、「おもてなしスタッフ養成講座」が開催されました。

この講習は、下北山村の「おもてなし力」向上を目的として実施しました。講師に高田短期大学の杉浦礼子教授をお招きして、おもてなしの基本から接遇、電話対応など実践的な内容をご教示頂きました。講習には、約30名の受講者が集まり熱心に聞き入る姿が見られました。



奈良・下北山むらコトアカデミー開講



下北山村は地方創生の取組みの中で、村の活性化策を企画提案してもらうための連続講座「奈良・下北山むらコトアカデミー」を東京都内で開催します。首都圏在住の一般の方を対象に、村の活性化と将来を考えてもらう初めての試みで、この事業を※ソーシャル&エコ雑誌「月間ソトコト」と協力して進めております。講座の内容は下北山村の現状を学び※グループワークをはじめ現地実習を通じて下北山村の可能性や活性化のプランを考えていく内容となっております、実際に下北山村での生活を体験した上で、資源の活用や課題の解決など、村にはない「新たな視点」と村職員や移住者を交えて関係づくりを図りつつ、地域活性化のためのヒントに繋がっていただければと考えております。

既に東京で2回のアカデミーの

説明会を開催し、下北山村の概要やソトコト編集長の指出氏による下北山村における地方振興の魅力、NPO法人スローカルチャー代表の赤司氏による事例紹介などを講演して頂きました。説明会には30名以上の参加者が集まり熱心に説明を聞いていただきました。中には受講希望の方もおられ、アカデミーの受講者の募集については定員に達する見込みです。

※ソーシャル社会的
※グループワークテーマに沿って
グループで行う作業



下北山ヴァイオリンキャンプ 30周年記念コンサート開催

11月19日(土)下北山中学校体育館において、なら音楽アカデミー主催による、下北山ヴァイオリンキャンプ30周年記念コンサートが開催されました。

演奏者には、東京藝術大学学長の澤和樹先生をはじめ、名だたる演奏者の皆さんやヴァイオリンキャンプ受講生をお迎えし、素晴らしい演奏を披露していただきました。

澤先生と、このキャンプに中学・高校在学中に毎年参加されていたNATOさんとの合奏は、普段鑑賞することのできない大変素晴らしいものでした。村内外から130名を超える方々が訪れ、美しい演奏に聴き入っていました。



この記念コンサートを終えた、去る12月8日、なら音楽アカデミーの朝倉泰子さんが急逝されました。享年85歳でした。

朝倉泰子さんと下北山村との付き合い合いは、1987年に山の音楽祭実行委員会のメンバーである村の若者たちが、朝倉さんとの出会いをきっかけに、土のステージで「第1回山の音楽祭」を開催したことに始まります。

朝倉さんは、下北山村を「奥吉野神秘の森」と表現し、第2の故郷の様にこよなく愛されたこの地で、たくさんの方々の音楽活動を行ってくださり、また下北山村となら音楽アカデミーとの深い絆を築き、音楽の素晴らしさを村の人々に伝えて下さりました。

朝倉泰子さんのご功績に敬意を表し、ここからご冥福をお祈りいたします。

民生委員・児童委員が 改選されました

平成28年度は、3年に一度の民生委員・児童委員の一斉改選の年となっており、本村においても12月1日付けで10名の皆さんが選任され、民生児童委員として厚生労働大臣からの委嘱状を村長より伝達しました。

民生委員・児童委員は、自らも地域住民の一員として、それぞれが担当する区域において、住民の生活上の様々な相談に応じ、行政をはじめ適切な支援やサービスへの「つなぎ役」としての役割を果たすとともに、高齢者や障がい者世帯の見守りや安否確認などにも重要な役割を果たします。



また、主任児童委員は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当する民生委員・児童委員で、区域担当の委員と連携し

ながら子育ての支援や児童健全育成活動などに取り組みます。
民生委員・児童委員には守秘義務があり、相談内容の秘密は守られます。今後、村の地域福祉の発展のため、ご尽力頂きますことを願っております。

※地区の民生・児童委員は次のとおり(敬称略)

上池原地区	中村利子
下池原地区	井谷節子
池峰地区	辰本さとよ
寺垣内地区	小倉千治
浦向地区	田ノ下洋子
佐田地区	勝平美恵子
上桑原地区	面脇忠次
下桑原地区	仲ナナ美
〔主任児童委員〕	
全 村	山本節代
全 村	和田章子

また、この11月30日付けで任期満了により、退任されました方々につきまして、厚生労働大臣並びに奈良県知事より感謝状が贈られ、村長より伝達されました。

※退任された方々は次のとおり(敬称略)

〔民生委員〕	
佐田地区	田中佳子
下桑原地区	大崎邦子
〔主任児童委員〕	
下桑原地区	仲行



下北山村地域おこし 協力隊のつばやき

その48

*工藤延春 支援員

新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願い申し上げます。私がこの村で新年を迎えるのは5回目になり、この協力隊のつばやきも丸4年。今回から各自書く回数は減りますが、その分内容の濃いものにしていきたいと思っています。

さて畑の方ですが、12月中旬現在春まなはハウスの片方と露地の一部が大きくなっていて、すでに出荷サイズを超えているかなというところ。今シーズン初出荷は12月15日で年内に3回出荷する予定です。それで合計は16回程度になります。また期待通り12月に



入り気温が下がったのは良いのですが、暖冬になる可能性有りとの情報に気になります。やはり冬野菜は寒くないといけません。

今後、地球温暖化に対応した農業が課題であります。下北春まなも変化せざるを得ないのでしょいか。すでに種としては対応し続けていると思うのですが、人は最小限に手を加えるだけで後は自然に委ねる方が良いのではないかと思います。

そして人としても常に新しい事に挑戦して変化し続けていくべきだと考えます。これからも進化する工藤ちゃんにご期待ください。ありがとうございます。



*牧 絢 支援員

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い申し上げます。

お正月を迎えましたが、下北山のお雑煮の出汁はおすましだと先日知りました。私の実家、和歌山県海南市では白みそを使っていま

す。主人の実家ではおすましなのでどちらも食べたことがあるのですが、どちらもおいしくて大好きです。お正月の味・家庭の味ですね。

さて、今月の協力隊のつばやきはこれまでと様子が違うことにお気づきでしょうか？実は今月号から二人一組で書かせて頂くことになりました。嬉しい事に協力隊の仲間が増えましたが、つばやきのページはいっぱいいっぱいになってしまいました。そこで毎月2人ずつにして活動写真を交えてお届けすることになりました。今回は工藤ちゃん・絢ちゃんでお送りいたします。今月号のつばやきはハズレだと言わないでください(笑)今後とも協力隊のつばやきページをよろしくお願いいたします。



それでは、11月の活動報告です。有償運送のご利用状況は、村内(バス型12人、タクシー型5人)、熊野方面バス型46人、尾鷲方面タクシー型2人、計65人でした。

各種作業の実施状況は、草刈り2件、屋根塗り3件、廃材処分1件、計6件実施させて頂いております。草刈り作業の最盛期が終わり、各種作業も少なくなる寒い時期に突入しました。今のうちに必要資材のチェックや実施体制の見直しを行い、忙しい時期に安全に確実に作業ができるように準備をしたいと思います。

その他、サポートきなりの新たな活動として、子どもを中心にみんなが利用できる図書室の開室に取り組むこととなりました！本の貸し出し、絵本の読み聞かせ、本の紹介、工作遊び、人形作りなどを行います。開室時期は6月頃を予定しており、開室お祝い会も考えているので皆さんお楽しみに！お手伝いしてくださるボランティアさんの募集も行う予定です。興味のある方はぜひご協力お願いいたします。

寒さも本番ですが、新年を迎え気持ちを新たに頑張りたいと思います。



挑戦する下北山村②

森は下北山村の宝、無限の財産です。下北山村では今後、村の92%を占める山林を活用するために自伐型林業に取り組んでいきます。

先月号に引き続き自伐型林業についてお知らせいたします。まず4回に渡って開催される自伐型林業研修の第1段として12月10日・11日にチェーンソーの取り扱いについての安全講習を開催しました。講師は、兵庫県で自伐型林業をおこなっている山口さんに来て頂きました。参加者は村内在住の方、村内の林業事業所に勤務されている方のみ17名が参加され、チェーンソーの取り扱いについて、手入れの仕方から法令についての講義・実地研修を行いました。講義の中では、「自伐型林業としての伐倒の行い方」について技術的な内容も織り交ぜていただき非常に有意義な講習になったのではないかと考えております。

研修の様子



☆「自伐型林業での伐倒の行い方」のポイント

- ・基本的には2人ペアで行う
- ・上向き伐倒
- ・「追いつる切り」による伐倒

この手法により、安全に効率的に伐倒・造材・搬出を一連に行うことが自伐型林業の作業手順になっていきます。少し難しい言葉が並びましたが、ここで「追いつる切り」について解説します。

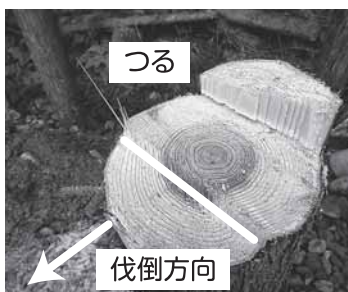
自伐型林業で地方創生

☆追いつる切り

- ①倒す方向を決めて「受け」を作る。
- ②伐倒方向の前後2カ所のつるを作るために、「受け」まで3cm程度を残しつつこみ切りをします。(つつこみ切りは、刃先がはじくので注意が必要)
- ③最後追いつる切り。伐倒方向のつると反対方向のつるにチェーンソーを入れ伐倒完成。



☆「つる」：切り口を伐倒方向に対し垂直に残し、伐倒時間の確保(安全性)と倒したい方向に倒す(正確性)ために切り残す部分。



協力隊の小川君
バックホウの
練習中です!!

今回は、なぜ「追いつる切り」なのか?といったところを第2回伐倒・造材研修の様子を含めて報告いたします。

産業建設課

こんにちは 保健師です



年が明けたと思ったら、暦の上ではすでに春を迎えていますね。今年もどんな美しい桜を拝めるのかと期待しています。しかしまだまだ寒さは厳しいですので、体調管理には十分気を付けてくださいね！

◆こころもからだも若返る！ 健康ダイエットセミナー

第7回目、今回で最後の健康ダイエットセミナーとなります！

今回は、大人気企画となりました、バイキングをします！ついつい取りすぎてしまう…なんてことはありませんか？実はカロリー計算すると大変なことになっているかもしれません！昼食会もしながら、楽しく、おいしく、食生活について考えましょう。

【日時】2月7日（火）

午前11時～午後1時

【場所】下北山村保健センター

【対象】村内在住の方

【参加費】無料 ※要事前申込み

送迎あり（要予約）

※健康スタンプリー対象事業

◆お弁当づくり教室

ちゃっちゃと作って、とっても美味しい。なのに彩りバッチリ、高齢者も食べやすいお弁当を、皆で楽しく作りましょう。

【日時】2月8日（水）

午前1時30分～午後3時

【場所】下北山村保健センター

【対象】村内在住の方

【参加費】300円

【持ち物】三角巾、エプロン

※要事前申込み

送迎なし・託児所なし

◆大人気「イスDeヨガ& ストレッチ教室」

腰痛や肩こりに効果的です。椅子に座って出来るので、どなたでも参加できます。音楽に合わせて動くので、楽しいですよ。

【日時】2月15日（水）

午後1時30分～3時

【場所】下北山村保健センター

【対象】村内在住の方

【参加費】無料

送迎あり（要予約）・託児なし

【各種教室お申込み】

保健センター ☎6-00015

ぽぼちゃんの 千里の道も一歩から （ダイエット）日記⑭



大人気企画！昨年10月より保健センターに新人として着任した長澤嘉希（21歳 愛称ぽぼちゃん）のダイエット日記です。

保健師…今回で14回目。さて…現在、体重は何kgですか？

ぽぼ（長澤）…92.0kgです。

保健師…前回から0.7kg痩せたね。

ぽぼ（長澤）…はい。停滞期です。あまり、痩せなくなってきました。

保健師…前回、初顔出ししたけど…反響はどうでしたか？

ぽぼ（長澤）…ん…。保育士さんに指摘されたくらいです（少し、しみみりした様子）

保健師…（体重減少にも人気にも）限界を感じてるの？

ぽぼ（長澤）…ん…。休みの日に、池原の自宅から役場まで歩いてみました。

保健師…どのくらい、時間かかった？

ぽぼ（長澤）…片道2時間でした。

保健師…帰りも歩いたの？

ぽぼ（長澤）…いえ…。帰りは友達に送ってもらいました。猪に襲わ

れたらダメなんで…。

保健師…あ、そう…（猪も襲わんやろ）けど、日常的に、これを継続するのは難しいと思うよ。維持できることでない。

ぽぼ（長澤）…うん。

保健師…これから、新年会もあるしねえ。

ぽぼ（長澤）…米類、我慢します！米類の酒も控えます。

保健師…米類を飲まないなら、日本酒ダメやね。ビール飲むの？

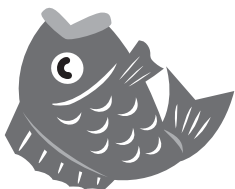
ぽぼちゃん、ビールはあまり好きじゃないでしょ。

ぽぼ（長澤）…うん。出されたものは飲みますが…量は自制します。ビール2杯程度に留めます。

ただ、池原会は除外して下さい。

保健師…地域の付き合いも大切ですけど、自分の身体も大切に。

年明け、皆さんにどのような報告ができるのでしょうか。どうぞ皆様、よいお年をお迎えください。くれぐれも暴飲暴食には、お気を付け下さい。



公共工事入札結果

入札日	落札金額	落札者	工事名	場所
平成28年 7月 1日	19,677,600円	(株)東田組	簡易水道第4給水区配水管布設替(1工区)工事	上桑原
平成28年 7月 1日	12,906,000円	(株)東田組	簡易水道第4給水区配水管布設替(2工区)工事	上桑原
平成28年 7月 1日	18,252,000円	(有)大崎組	簡易水道第4給水区配水管布設替(3工区)工事	上桑原
平成28年 7月 1日	28,328,400円	(有)大崎組	コモ谷土砂処分場整備(4工区)工事	寺垣内
平成28年 7月 1日	21,492,000円	平和建設(株)	コモ谷土砂処分場整備(5工区)工事	寺垣内
平成28年 7月 1日	5,875,200円	(株)南園建設	村道南池原線舗装改修工事	下池原
平成28年 7月28日	7,236,000円	(株)山和組	村道前鬼釈迦線災害防除工事	前 鬼
平成28年 7月28日	6,350,400円	(有)大進工業	林道トボト谷線環境保全工事	下池原
平成28年 7月28日	6,156,000円	(株)北山工業	林道五田刈線舗装工事	寺垣内
平成28年 7月28日	6,264,000円	(株)光栄建設	林道四ノ川2号線環境保全工事	浦 向
平成28年 8月 3日	3,834,000円	(株)北山工業	下北山小学校宮繕工事	寺垣内
平成28年 8月 3日	4,168,800円	(株)山和組	下北山中学校宮繕工事	下池原
平成28年10月 4日	16,848,000円	(有)大崎組	スポーツ公園施設やすらぎ屋根改修工事	上池原
平成28年11月11日	30,780,000円	(株)五 伸	不動トンネル照明設備更新工事	上桑原
平成28年11月28日	5,356,800円	(有)大進工業	小鷲谷橋橋梁補修工事	前 鬼
平成28年12月 6日	7,992,000円	(株)田中建設	林道備後川線県単改良工事	熊野市
平成28年12月 6日	15,876,000円	(株)北山工業	村道大小井ウノス線災害防除工事	下池原

◆1月10日は
「110番の日」です
事件や事故に遭われたり目撃されたり「110番」に通報してください。

「アマゾンのギフト券」という言葉を聞けば、詐欺を疑ってコンビニエンスストアに行く前にまず駐在所に相談してください。

詐欺の新しい手法に、お金の受け取り方法として銀行口座に振り込ませたり、宅配便やゆうパックで現金を送らせる以外にインターネット上のショッピングサイトであるアマゾンの「アマゾンのギフト券」をコンビニエンスストアで買わせてギフト券に書かれている暗号キーを電話で報告させるという手口が用いられることがあります。

◆特殊詐欺にご注意

新年あけまして
おめでとうございます
今年もよろしく
お願いいたします

駐在所通信



でも、この「110番」は急を要する事件や事故を通報する番号です。
急を要しない相談事や問い合わせは駐在所へ電話してください。
110番の正しい利用をよろしくお願いいたします。

◆「クリスマス作戦」を実施しました
12月6日、地域安全推進協議会や交通安全協会下北山分会などが村内にお住まいの80歳以上の方の家庭を訪問して、ささやかなプレゼントを配らせていただきました。プレゼントは防犯協議会や交通安全協会からだけでなく、南都銀行北山支店さんからもご提供をいただきました。
先日もらっていたいた方、今年もまた年末に訪問させていただきますので、1年を元気で過ごしてくださいね。

◆凍結注意

冬場は道路が凍結しやすく立ち往生やスリップ事故が多発します。他の車が滑って突っ込んでくることもあるので四輪駆動車や冬用タイヤを装着しているといっても決して安心はしないでください。また出かけられる際は、天気予報に耳を傾けて、冬用タイヤやチェーンを忘れずに装備して冬の道路での安全運転を心がけてください。

放送大学
4月募集生のお知らせ

放送大学では、平成29年度第一期（4月入学）の学生を募集中です。放送大学は、テレビ、インターネット等を通して学ぶ通信制の大学です。心理・教育・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など幅広い分野を学べます。

出願期間は、第1回が2月28日まで、第2回が3月20日までです。資料を無料で差し上げていますので、お気軽に放送大学奈良学習センターまでご請求ください。放送大学ホームページでも出願できます。

【お問い合わせ】

☎ 0742(20)7870

吉野税務署からのお知らせ

平成28年分所得税及び復興特別所得税の確定申告期間は、
平成29年2月16日(木)から平成29年3月15日(水)までです。

【確定申告会場開設日】平成29年2月16日(木)

- 税務署では、2月15日(水)までは通常の業務体制で事務を行っていますので、上記期間（2月16日(木)以降）に確定申告の相談をしていただくようお願いします。
- 確定申告会場は、混雑状況によっては長時間お待ちいただくことがあります。
- 申告会場では、16時まで申告相談の受付をしていますが、混雑状況により早めに終了する場合がありますのでご了承ください。

文化財を火災から守りましょう

1月26日は、昭和24年に法隆寺の金堂壁画が焼失した日にあたることから、この日を「文化財防火デー」と定め、1月23日から29日までを文化財防火週間としています。

文化財の所有者・管理者は、防火訓練や防災設備点検を行ってください。地域の方々も、この運動を機会に一層の文化財愛護に努めましょう。

1 文化財火災の特徴

文化財火災の出火原因の多くは焚き火や放火によるもので、屋根からの出火が目立ちます。柿葺（こけらぶき）・桧皮葺（ひわだぶき）といった燃えやすい屋根材を使用しているためです。

2 防火のポイント

ア 火気管理

火気使用設備（ストーブなどの暖房器具）は使用前と使用後に点検するとともに、使用場所では火災予防のため安全な距離を保ち、消火の準備を怠らないなどの対策が必要です。

イ 放火防止対策の強化

関係者による巡回警備、敷地内での可燃物の除去と整理整頓、夜間照明の設置、地域との協力など放火されない環境づくりが大切です。



てんいち先生



奈良大立山まつり開催!

四天王をモチーフにした光り輝く巨大な「大立山」と県内各地の伝統行事が平城宮跡に集結。一年のはじめに奈良の地で無病息災を願います。

期間中には、地元食材等を使用した料理が一堂に会する「あったかもんグランプリ」等が開催され、下北山村も開催期間中に店出します。ぜひ「奈良大立山まつり」にご来場いただき、奈良の冬の魅力をご体感下さい。



- 日 時：平成29年1月25日(水)～29日(日)
25日～26日 18時～20時
27日～29日 13時～20時
※25日、26日は「大立山もてなし市」として、あたたかい料理等を提供。
27日～29日は「あったかもんグランプリ」を開催。
- 場 所：平城宮跡大極殿院周辺（奈良市）
- 料 金：入場無料（ただし、有料観覧席あり）
- アクセス：近鉄大和西大寺駅から徒歩15分
JR奈良駅または近鉄西大寺駅から無料シャトルバス運行予定
- 主 催（お問い合わせ）：
奈良県冬季誘客イベント「大立山まつり」実行委員会
☎ 0742-27-8051

人の動き

平成28年11月30日現在

		先月比	前年同月比
人 □	979人	(- 7)	(- 37)
男	444人	(- 4)	(- 22)
女	535人	(- 3)	(- 15)
世帯数	590戸	(- 4)	(- 10)

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
☎ (代)07468-6-0001
<http://www.vill.shimokitayama.nara.jp/>

謹んでお悔やみ
申し上げます
三 谷
木 本
十二月三十日 茂 勉
逝去 さん(池峰)
享年八十六才 享年八十二才

シルバー募金に
ご協力いただいた方
下池原(11月14日) 竹本 一馬 さん
寺垣内(11月21日) 新 フサエ さん
上桑原(12月2日) 仲 行 さん
(12月9日) 奈良県曹洞宗青年会
ご協力いただきました皆様、
ありがとうございました。



ふるさと寄附につきましては、紙面の都合上、来月掲載いたします。ご了承下さい。