

いこまち



特集

地震に備える

\ 1日6,000歩^{*}、歩きませんか？ /

第4回 いこマイ ウォーキング倶楽部

参加者募集!!

歩いた歩数を地図上にチェックし健康づくりにつなげる、第4回「いこマイウォーキング倶楽部」を実施します。今回は、地図上で九州の温泉地を巡りましょう。歩数の増加は、生活習慣病の予防や健康寿命をのばすことにつながります。楽しく運動習慣を身につけてヘルシーライフを手に入れましょう。

※日常生活での目標歩数。20～64歳(男性9,000歩、女性8,500歩)、65歳以上(男性7,000歩、女性6,000歩)

■目標達成までの流れ



- ▶ **対象** 市内に住む20歳以上
- ▶ **記念品** ウォーキング記録表(累計歩数54万歩以上)を提出すると、達成記念品(生駒市指定ゴミ袋30ℓ10枚、15ℓ20枚、7ℓ40枚のいずれか一つ)を進呈します(参加は各回1回だけ)。——記録表の提出期限は9月29日(金)です。
- ▶ **注意** 運動制限のある人は、主治医に相談のうえ、申し込んでください。
- ▶ **申込み・問合せ** 市ホームページの電子申請、郵送、直接か電話で住所、氏名、生年月日、電話番号を明らかにして、4月6日(木)～6月30日(金)に健康課「いこマイウォーキング倶楽部担当」係(〒630-0258 東新町1-3 セラビーいこま、☎0743-75-1002)

◇第3回で達成の申請をした人には、第4回の記録表と達成申請書を4月初めに送付します(申込不要)。



▲申請はこちら

たくさん歩こう!

体育館で遊ぼう!

春は体を動かそう!

\ 毎月第1・第3土曜日は /

体育館無料開放

- ▶ **対象** 幼児～中学生(小学校低学年以下は要保護者同伴。会場に余裕がある場合は高校生以上も利用可)
- ▶ **開放時間** 10:00～16:00(受付は15:30まで。申込不要)
- ▶ **内容** バドミントン、卓球、ミニバスケットボール、ミニサッカー、輪投げ、フープなどの用具を使って自由に遊べます(用具は貸し出します)。
- ▶ **必要品** 体育館シューズ(むかいやま公園以外)
- ▶ **費用** 無料
- ▶ **注意**
 - ・内容、日程、場所などの変更や体育館の一部が他のイベントで使えない場合があります。
 - ・HOS生駒北スポーツセンターは、グラウンド、ランニングトラックも無料開放します(大人も利用可。団体など占用利用は不可。グラウンドでは用具の貸出はありません)。
- ▶ **問合せ** (一財)生駒市体育協会(☎0743-73-8822)

体育館無料開放の日程

第1土曜日		第3土曜日	
とき	ところ	とき	ところ
4月1日	生駒市体育協会 総合S.C. (以下、総合)	4月15日	北大和
5月6日	むかいやま公園	5月20日	小平尾南
6月3日	TAC井出山 スポーツパーク	6月17日	むかいやま公園
7月1日	生駒市体育協会 滝寺S.C. (以下、滝寺)	7月15日	北大和
8月5日	むかいやま公園	8月19日	HOS生駒北 スポーツセンター
9月2日	総合	9月16日	滝寺
10月7日	北大和	10月21日	総合
11月4日	むかいやま公園	11月18日	小平尾南
12月2日	総合	12月16日	滝寺
平成30年 3月3日	滝寺	3月17日	HOS生駒北 スポーツセンター

◇平成30年1・2月の無料開放はありません。



人口

人口総数	前月比
120,902	32
世帯数	前月比
49,625	40
男	前月比
57,608	9
女	前月比
63,294	23

平成29年2月1日現在、外国人登録を含む。各種統計は市ホームページに掲載しています。



火災・救急・救助

(平成29年1月末日現在)

火災	救急	救助
0 (-7)	746 (+10)	8 (-4)

◇数字は平成29年1月からの累計で、()内は前年同期の増減数です。

住宅用火災警報器を設置しましょう



交通事故

(平成29年2月末日現在)

発生数	人身事故		物損事故
		死者	
356 (-47)	33 (-22)	0 (0)	323 (-25)

◇数字は平成29年1月からの累計(概数)で、()内は前年同期の増減数です。

歩く人 自転車だって ルールあり
-平成28年度交通安全標語-



表紙のことは



あすかの防犯防災会会長の鳥取申長さん。防犯防災会の皆さんと、いざというときに確実に使えるよう、防災倉庫に保管しているさまざまな防災資機材を定期的に点検・管理しています。

なくそう差別みんなの力で
明るい生駒市
毎月11日は「人権を確かめよう日」

市役所の開庁時間は8:30～17:15
(土曜・日曜日、祝日、年末年始は閉庁)

P.2

春は体を動かそう！

P.4

特集1

地震に備える

P.10

特集2

生駒市テレワーク&インキュベーションセンター
イコマドOPEN

P.14

お知らせ

アースデー2017inなら 西畑棚田菜の花まつり p.14

子どもと絵本を楽しむ絵本の会 p.15

プロから学ぶバスケ&チアダンス p.17

精神科医師による「物忘れ相談」 p.18

こころの体温計でこころの健康チェックをしてみませんか？ p.19

もったいない食器市の回収方法が変わります p.20

犬の登録と狂犬病予防注射はお済みですか？ p.21

「おちやせん」で商品販売にチャレンジしませんか p.22

平成29年度の国民年金保険料が決まりました p.23

証明書発行に便利なマイナンバーカードを作りませんか p.24

P.25

まちのアルバム

P.26

いこま心地、今月の美食

P.27

いこまのうまいもん、4月の子育て相談、もったいない食器市

P.28

街人探訪

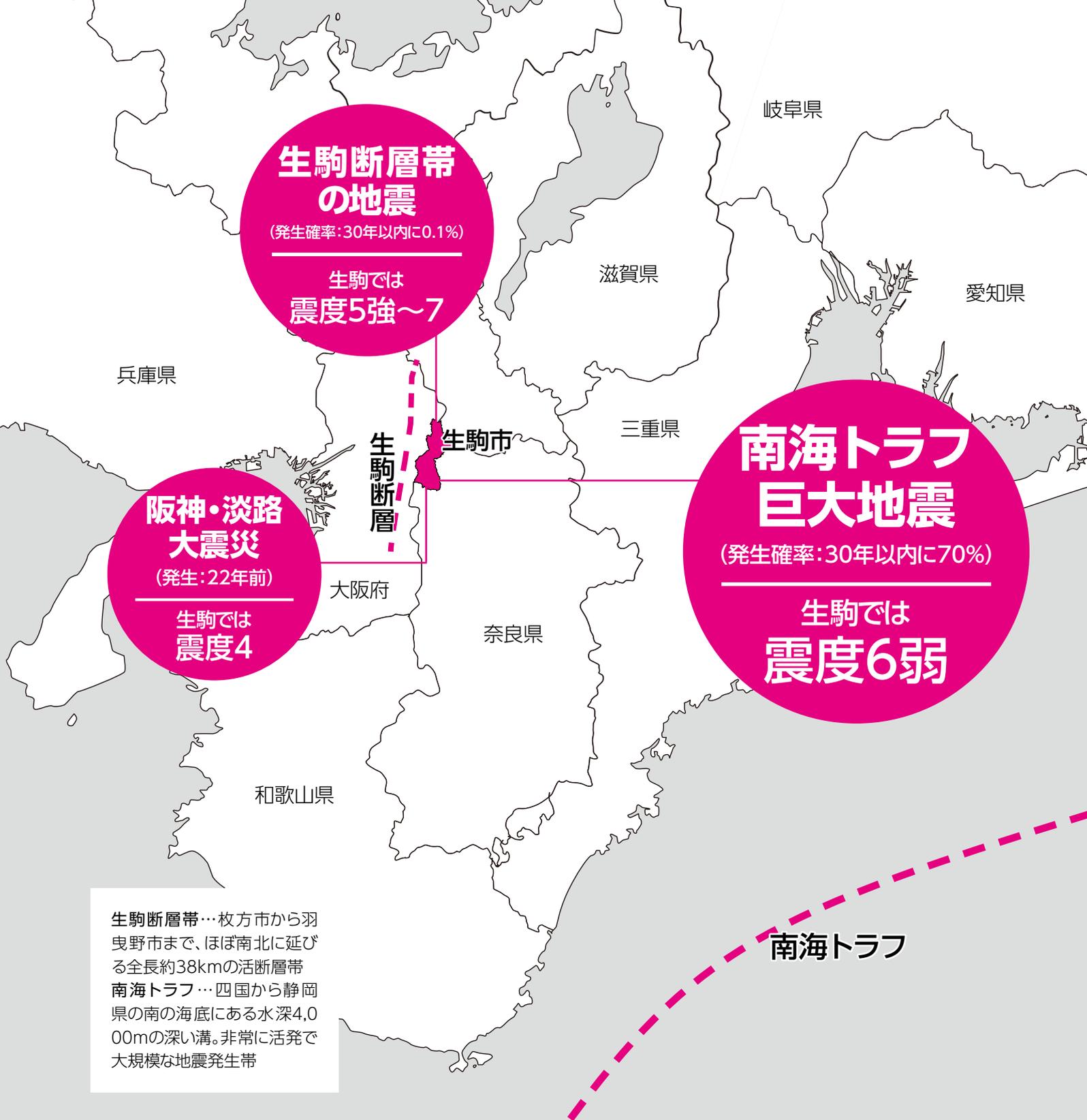
P.29

生駒歴史街道、消費生活 暮らしのQ & A、編集後記

点字と声による「いこまち」も発行していますので詳しくは障がい福祉課(内線794)へ



「いこまち」3月15日号の印刷経費は1冊あたり約26円です。環境に配慮し、古紙配合率70%の再生紙と大豆油インクを使用しています。



特集1 地震に備える

昨年は、熊本地震・鳥取県中部地震と大規模な地震が発生しました。また近い将来、高い確率で南海トラフ巨大地震が起こると予想されています。大規模災害が発生したとき、地域の協力が不可欠です。災害に備えて、地域の防災を考えましょう。

圃防災安全課(☎0743-74-1111、内線255)



①倒壊家屋にかぶさったコンクリートのかたまりを持ち上げ負傷者を救助します②③エアテントを設置し救護所を開設。住民が車いすやリヤカー・担架で負傷者を救護所へ搬送④体育館に避難した児童を保護者に引き渡す訓練。保護者は児童引き渡しカードを受付に渡し、クラスごとに整列している児童を迎えて帰宅します⑤避難所では仮設トイレや段ボールでベッドを組み立てました

地域のつながりを訓練で確認

市全体で行う大規模訓練

昨年12月4日(日)、奈良県でマグニチュード7.2の直下型地震が発生した想定で、市自治連合会と総合防災訓練を実施し、約2800人が参加しました。

メイン会場の生駒南第二小学校では、地域住民や消防署、自衛隊による倒壊家屋からの救出・救護訓練、避難所や救護所の開設・運営訓練、消防防災ヘリコプターによる逃げ遅れた被災者の救出訓練など災害時さながらの訓練を行い、地域の各会場とも連携を図りました。

近隣の助け合いが大きな力

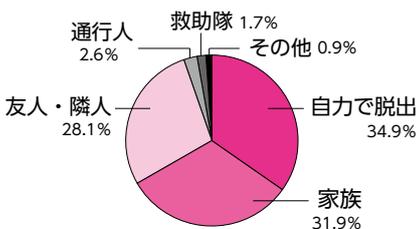
生駒市では、生駒断層帯や南海トラフによる地震が発生した場合、想定震度5強〜7の揺れがおそらく可能性があり、大きな被害が予想されます。市役所や消防、警察、自衛隊などの公的機関だけでは全ての救助に対応できないことがあります。

大規模な防災訓練に参加しました。

大地震が発生したとき、道路は通行止めとなり交通機関は麻痺し、家族が待つ自宅へ帰れないこともあります。自宅、職場、学校など家族がそれぞれ別場所から避難しなければならぬ場合、自力で避難できない高齢者や介護が必要な人もいます。そのような状況になると、近隣住民の助け合いが大きな力になります。

阪神淡路大震災では、約6割の被災者が、家族や隣人など地域の力で救出、救助されたと回答。地域の自主防災活動の重要性を裏付ける結果となりました。

阪神淡路大震災で生き埋めや閉じ込められたときに救助してくれた人



出典：平成7年兵庫県南部地震における火災に関する調査報告書

訓練参加者の声



児童引き渡し訓練に参加した北田さん家族

日頃から家族で連絡方法を決めておく

訓練ではスムーズに子どもを迎えることができました。小学生と幼稚園児の子どもがいるので、非常時でも混乱せず家族が集まれるように、別々の場所にいるとき災害が起こることを考え、日頃から連絡方法などを話し合っておきたいと思いました。



避難所設営・給水訓練に参加した島田征二さん

訓練での経験はいざというときに役立つ

初めて大規模な防災訓練に参加しました。段ボールベッドの組み立てや、給水車から水を運ぶ給水訓練を体験。災害時は、たくさんの人手や地域住民の協力が必要だと実感しました。いざというときは、この訓練での経験を活かし、積極的に活動したいと思います。

住み慣れたまちで身を守る

地域で防災活動や救助活動に取り組む「自主防災会」。市内で初めて地区防災計画を作成した鹿ノ台自主防災会とあすか野防犯防災会に話を聞きました。

地域で防災力を高める

鹿ノ台自主防災会

地域の実情にあった訓練

毎年、指定避難所までの避難訓練、給水訓練、災害救助犬による搜索訓練、炊き出しなどを行う鹿ノ台自主防災会。数人のチームに分かれ、避難者の年齢や性別、個々の事情が書かれたカードを読み上げ、対応を話し合う、避難所運営を体験できるゲーム（HUG）も2年前から取り入れました。カードは、地域で実際に起こることを

想定した手作りの鹿ノ台校区版。避難所運営で起こりうるトラブルへの対応を地域で考えておくことで、スムーズな運営ができるよう備えています。

生まれ変わり続ける防災計画

「避難所や防災倉庫の場所を知らない人が多かったので、地域に何があり、何ができるかを知らせるために地区防災計画を作成しました」と語るのは、本部長を務める黒部實さ

んです。同時に、避難所開設時の役割分担や業務内容をまとめた非常時マニュアルも作成。「運営に関わる人が何をやるべきか、誰もが一目で分かるものを目指す」だけでなく、3年間で8回も改定し、現在も見直し続けています。

要援護世帯も2年に一度、定期的に確認。歩いて避難できない人がいる世帯、災害時に安否確認を希望する世帯を把握し、災害時に地域で助け合えるよう備えています。

交流は地域力を高める

自主防災会は本部・事務局を中心に、自治会だけでなく地域安全推進委員会や青色防犯パトロール委員会などの他、スポーツや文化など地域で活動している団体のメンバーにも加入してもらっています。これが、継続的な組織運営の鍵です。

「自主的に活動する団体は団結力や統率力もあります。平常時からコミュニケーションをとって地域で助け合う意識があれば、非常時のスムーズな活動につながるんです」と、地域の防災力の向上を目指し、活動を続けています。



左から太田慶次さん、黒部實さん、中谷内政之さん

防災豆知識①

災害情報などを知らせる防災行政無線の運用を4月1日(土)から開始

大規模災害時に避難情報や地震情報などの重要な情報を、屋外スピーカーから音声で一斉に伝達する「防災行政MCA無線(同報系)通信システム」。市内57か所に屋外スピーカーを設置し、4月1日から運用します。

防災行政無線から災害情報が流れたら、周囲の人にも声をかけながら、テレビ・ラジオ・携帯電話などで災害情報入手して、周囲の状況に応じて慌てず行動してください。



災害情報が流れる屋外スピーカー

自主防災会とは…

災害が発生したとき「自分たちのまちは自分たちで守る」という意識を持って、地域で防災・救助活動に取り組む組織を「自主防災会」と言います。防災安全課では防災に関する研修や、自主防災会結成に関する相談を行っています。詳しくは問い合わせください。



左から黒田正さん、多田正夫さん、足羽將行さん、鳥取のぶひさ申長さん

避難所運営計画を広める

あすか野防犯防災会

細かな測量に基づき計画を作成

あすか野防犯防災会の皆さんは、避難所運営の細かな手順を記した「あすか野避難所運営計画」を作成。策定には、5人の防災士を含むワーキングチームを立ち上げ、約2年かけて、避難所となるあすか野小学校やあすか野自治会、市防災安全課と協議を重ねました。ワーキングチームは、生活スペースや水・食料・トイレなど

避難所で必要となる生活支援や課題を20項目列挙。各項目ごとに2、3人のグループで

具体的な対策を検討しました。足羽將行さんは、「避難所で実際に使えるスペースを確認するため、あすか野小学校の校庭や体育館、教室を隔々まで測量しました。障がいのある人や乳幼児、高齢者などに配慮し、家族単位で健康を保ちながら生活できる広さを積算。どの教室を誰が何に使い、何人利用で

きるかを具体的に図面に書き込みました」と振り返ります。

飲料水やトイレに使う水についても、市の水道事業や農業用のため池を管理する水利組合などと協議し、給水の手順などを取り決めていきます。

計画を広めて被害を最小限に

あすか野防犯防災会では、簡易トイレや担架などの防災資機材を使った防災訓練も毎年実施しています。要援護者役とともに、車椅子やリヤカーで各地区から指定避難所まで避難したり、AED操作や炊き出しをしたりと、実践に役立つ訓練をしています。

今後は作成した計画を広めていくことが課題です。

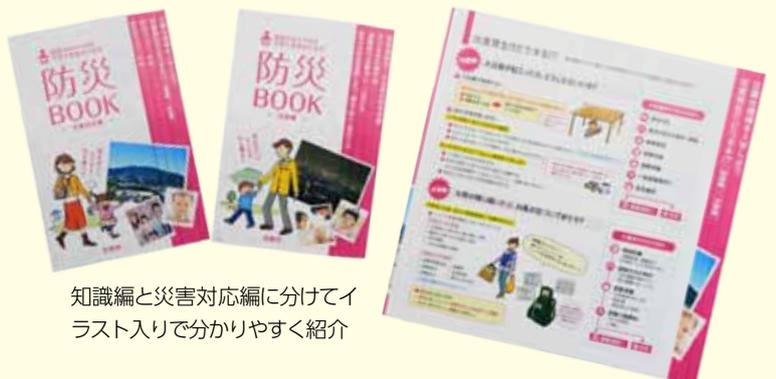
「たいせつなのは地域全体で災害への危機感を共有すること。災害が発生したときには計画書をもとに、自主的に避難所運営ができるよう意識を高めたいです。他の避難所でもそれぞれの地区に適した避難所計画が整備され、人的被害を最小限に抑えることができればいいですね」と、市全体の防災への取組につながることを期待しています。

防災豆知識②

妊婦さんや子育て家族のための「防災BOOK」

備蓄品や災害が起こったときの行動など、災害から子どもたちを守る情報をまとめています。子どもの応急手当や家庭の中でできる安全対策といった日常生活で使える情報も掲載しているので、持ち歩いて活用してください。

▶配布場所 防災安全課、健康課、子育て支援総合センターたち、こども課など



知識編と災害対応編に分けてイラスト入りで分かりやすく紹介

熊本地震被災地で感じた 地域でつながるたいせつさ

昨年4月に震度6強の地震が発生し、大きな被害を受けた熊本県宇城市。本市から宇城市の避難所に派遣された職員が、被災地の状況を話します。

避難所では協力が不可欠

道路に亀裂が走り、多くの家屋が倒壊した宇城市。倒壊していない家屋も屋根の瓦が落ちて、どの家にもブルーシートがかかっている状況でした。

地震発生直後、1200人の住民が避難所に殺到。避難所で最も大きなアリーナは、照明が落下して使用できず、避難者は建物の入口付近で雑魚寝をするのを余儀なくされました。



防災安全課防災係長
山田和佳子

た。限られた避難所のスペースを譲り合い協力しながら、避難所生活を過ごします。

本震のあとも震度5を超える余震が続くため、建物から出て、車中泊での生活を続けている人も多くいました。

地域のつながりが大きな力

不安が続く避難所生活。避難者同士で世間話をしたり、話し相手を求めて車から避難所に来たりするなど顔見知りの人と会って話すことで不安を紛らわしている姿が印象的でした。

こうした日頃からの地域のつながりがいざというときに力を発揮することを実感。被災地

の中には、地震発生前に実施していた防災訓練を生かし、行政に頼るばかりではなく、自治会役員などを中心に、地域住民で結束して避難所運営を行っていた地域もありました。

災害時に家族が離れていた場合、隣近所で頼りにできる人、助け合える人、姿が見えなければ安否を確認してくれる人がいることは大きな力です。

地域住民同士が、日頃からあいさつや会話を交わしてコミュニケーションをとり、お互いに助け合うという意識を持つことや、災害が起こったときには、避難所に集まった人同士が協力することが、地域を守る鍵になります。

防災豆知識③

強い揺れがくることを事前に知らせる「緊急地震速報」

緊急地震速報は、大きな地震の発生直後に地震計でとらえた観測データを素早く解析し、震源や地震の規模(マグニチュード)、予想される揺れの強さ(震度)を自動計算し、大きな揺れがくることを事前に知らせる警報です。

最大震度5弱以上の揺れが予想されるときに、震度4以上の揺れが予想される地域に発

表され、テレビやラジオ、携帯電話、防災無線などで速報が流れます。

緊急地震速報の発表後に強い揺れが来るまでは、長くても数十秒しかありません。すぐに周りの人に声をかけながら「周囲の状況に応じて、慌てず速やかに、まず身の安全を確保する」ことが重要です。



▲お使いの携帯電話で緊急地震速報が受信できるか確認しましょう

いざというときのチェックリスト

災害はいつどこで起こるか予測がつかないもの。「身近には起こらないだろう」と思わず、日頃から準備をしておきましょう。

地震がくる前の備え

■家の中の安全を確認

- 家具の転倒防止
- 棚の飛び出し防止
- ガラスの飛散防止

■食料の備蓄はローリングストックで

食料品は7日分を目安に家庭内に備蓄します。災害用のものばかりでなく、普段から食べるインスタント麺・缶詰などを少し多めに買い置きして、食べた分を買い足す、ローリングストックがお勧めです。水は一人1日3ℓを目安に3日分を準備しましょう。

乳幼児がいる家庭は、粉ミルクや瓶づめ・レトルトの離乳食、食べ慣れたお菓子が必要。哺乳瓶や紙コップ、スプーン、紙おむつ、おしりふきなども忘れずに。

■職場にも防災グッズを

職場で被災し、しばらく自宅に帰れないことも予想されます。徒歩で帰宅することや職場にとどまることを想定し、備えをしておきましょう。

■非常持ち出し品を準備

非常時は、両手が使えるリュックサックなどに入れると便利です。必要なものを準備しましょう。

- | | | |
|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 飲料水 | <input type="checkbox"/> 携帯電話充電器 | <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ |
| <input type="checkbox"/> 食料品 | <input type="checkbox"/> マスク | <input type="checkbox"/> 貴重品 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 万能ナイフ | <input type="checkbox"/> 筆記用具 |
| <input type="checkbox"/> ホイッスル | (はさみ) | <input type="checkbox"/> 救急薬 |
| <input type="checkbox"/> 衣類 | <input type="checkbox"/> タオル | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ |
| <input type="checkbox"/> 運動靴 | <input type="checkbox"/> 毛布 | <input type="checkbox"/> 携帯トイレ |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> ガムテープ |
| | (予備電池) | <input type="checkbox"/> ポリ袋 |

■家族との連絡方法を確認

家族が別々の場所にいるときに災害が起こることを想定し、あらかじめ家族の集合場所や連絡をとる方法を決めておきましょう。

- 避難所の場所と避難経路の確認
- 災害時伝言ダイヤル171
- 携帯電話の災害用伝言板

もしも揺れを感じたら...

身を守る(安全な場所を確保)

- ①低い姿勢②頭を守り
- ③揺れがおさまるまで動かない



ケガの有無と被害状況の確認

- 揺れがおさまってから火の始末
- ドアを開けて逃げ道を確認
- 自分や家族にケガはないか確認
- ケガ防止のため靴を履く

地域での助け合い

高齢者や障がいがある人など、自力での避難が困難な人がいる世帯に声をかけましょう。

一時避難場所へ避難

自宅が危険だと感じたら避難所など他の場所に避難しましょう。一時避難場所で近所の人たちの安否確認をしましょう。

指定避難所へ避難

集団生活(避難所)のルールを守り、自治会・自主防災会を中心にお互いに助け合いましょう。

生駒市テレワーク& インキュベーションセンター イコマドOPEN

特集2

3月13日(月)、新しい働き方を応援する拠点として、情報通信技術を活用したワーキングスペース「生駒市テレワーク&インキュベーションセンター・イコマド」がオープンしました。

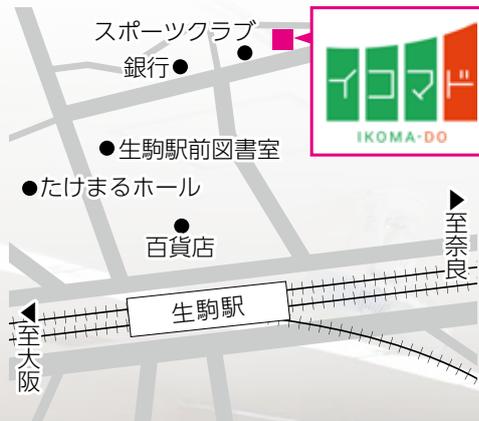
圃経済振興課(☎0743-74-1111、内線327)

多様な働き方を応援

柔軟・多様な働き方を応援するため、ワーキングスペース「イコマド」を開設しました。インターネット環境や、打ち合わせスペース、大型印刷が可能なプリンター、コピー機などを完備した職場空間を貸し出し、利用者がそれぞれの仕事や打ち合わせ、講座開催など目的に合わせて使用できます。

生駒市テレワーク& インキュベーションセンター 「イコマド」

- ▶ところ 谷田町1615 もやい館 3・4階(旧こどもサポートセンターゆう)
- ▶開館 8:00~20:00 (土曜・日曜、祝日、年末年始は休館)
- ▶駐車場 なし
- ▶問合せ イコマド(☎71-6234)



生駒市が目指す地方創生 イコマドで女性活躍を応援

人口減少に歯止めをかけ、活力あるまちを維持するため、本市の基本目標や具体的な施策などを定めた「生駒市まち・ひと・しごと創生総合戦略」。子育て世代の女性が家庭と社会の両方で活躍できるまちの実現を目指しています。その一環として、国が補助する「地方創生加速化交付金」を活用し、イコマドを開設しました。

少子高齢化が急激に進む中、いかに労働力を確保するかは、国の切迫した課題の一つです。そのため、長時間労働を是正し、誰もが納得のいく働き方を実現できるように「働き方改革」が進められています。

本市に住む30歳代女性の就業率は53%（全国平均64.5%）。優れた技能や知識を持った人が多い中、その高いスキルを生かしきれていないといえませんが、これから進むであろう企業の働き方改革に対応したり、起業しやすい環境を整備したりすることで、生駒でも働き方改革を進めます。

How to USE

イコマド利用例

コワーキング

仕事仲間と 生駒でつながる



- ・子育て中の女性がスキルを高めながら仲間を作る
- ・起業家やフリーランス、これから仕事を始めたい人など、様々な人が集まって交流する
- ・ライフステージに合わせて、働く場所として活用する

コワーキング…フリーランス（個人事業者）や社員が、同じワークスペースでそれぞれの仕事を共有し交流や協働すること

インキュベーション

生駒で新しい ビジネスを創出する



- ・出産・子育て・親の介護で仕事を辞めた人が起業する
- ・同じスペースで働くため、交流の機会が創出され、ビジネスチャンスの拡大が期待できる
- ・起業スタート時のオフィスとして利用する

インキュベーション…起業を目指す人が会社を設立できるよう、情報・ネットワーク・場などを支援する仕組み

テレワーク

市外に勤めながら 生駒で仕事をする



- ・企業、団体の本拠から離れた職場「サテライトオフィス」として利用し、通勤時間を短縮する
- ・子育てや介護中の人や、テレワークの拠点として利用する
- ・再雇用された高齢者が仕事の拠点にする

テレワーク…パソコンなどICT（情報通信技術）を使い、移動先や自宅などで仕事をする、時間や場所を有効に活用できる柔軟な働き方



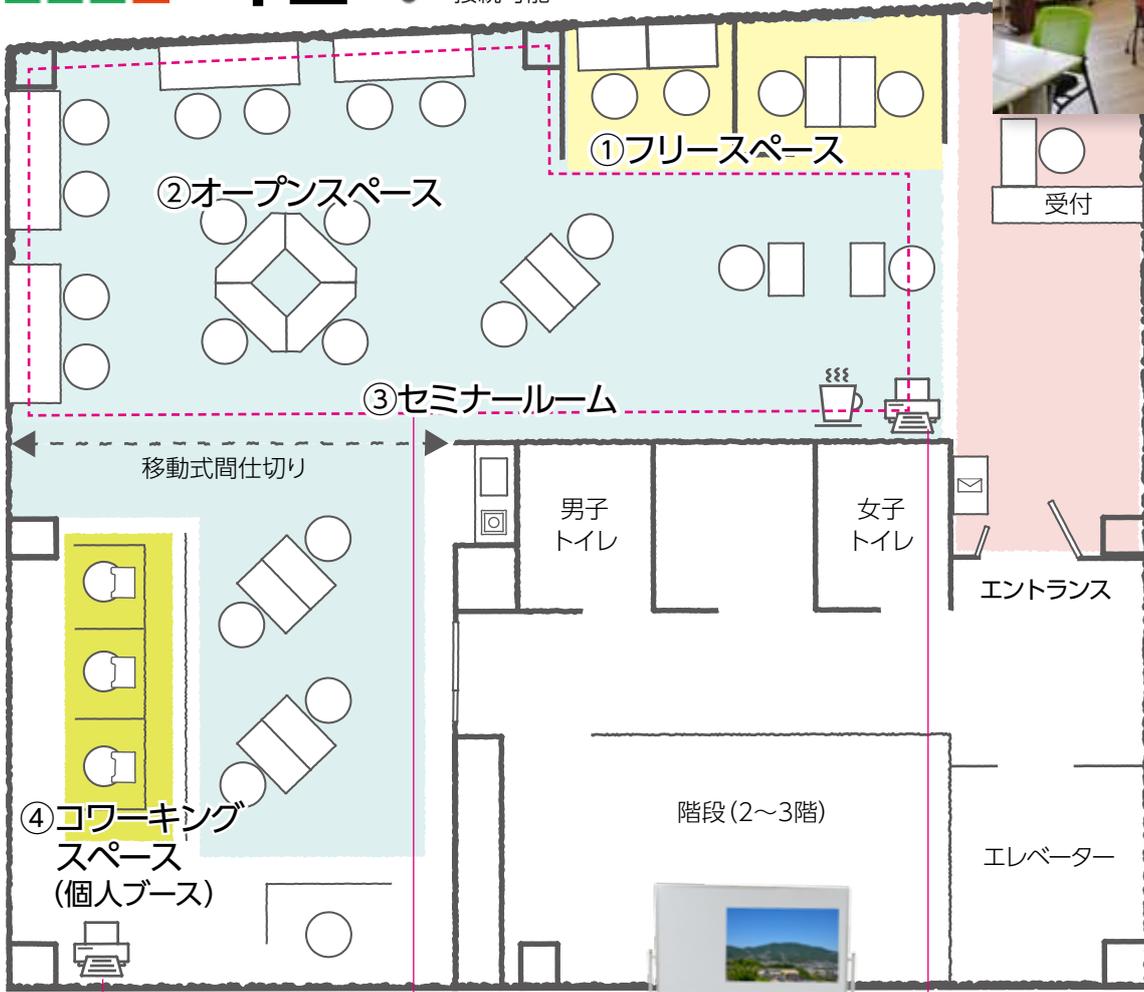
インターネットを使った会議や勉強会にぴったりです。

専門家による個別相談も定期的開催しますので、ぜひ利用してください。



イコマド 3階

無線LAN
接続可能



▲白と茶色を基調にしたオープンスペース。座り心地が良い肘付きの椅子が並びます。



▲遠隔地からでも音声と映像で話せる、テレプレゼンスロボ「Double2」。自在に動き回ります。

▶プロジェクターの映写に対応したホワイトボード

❗ 大型プリンターはA1プラス版までフルカラー印刷できます(有料)。

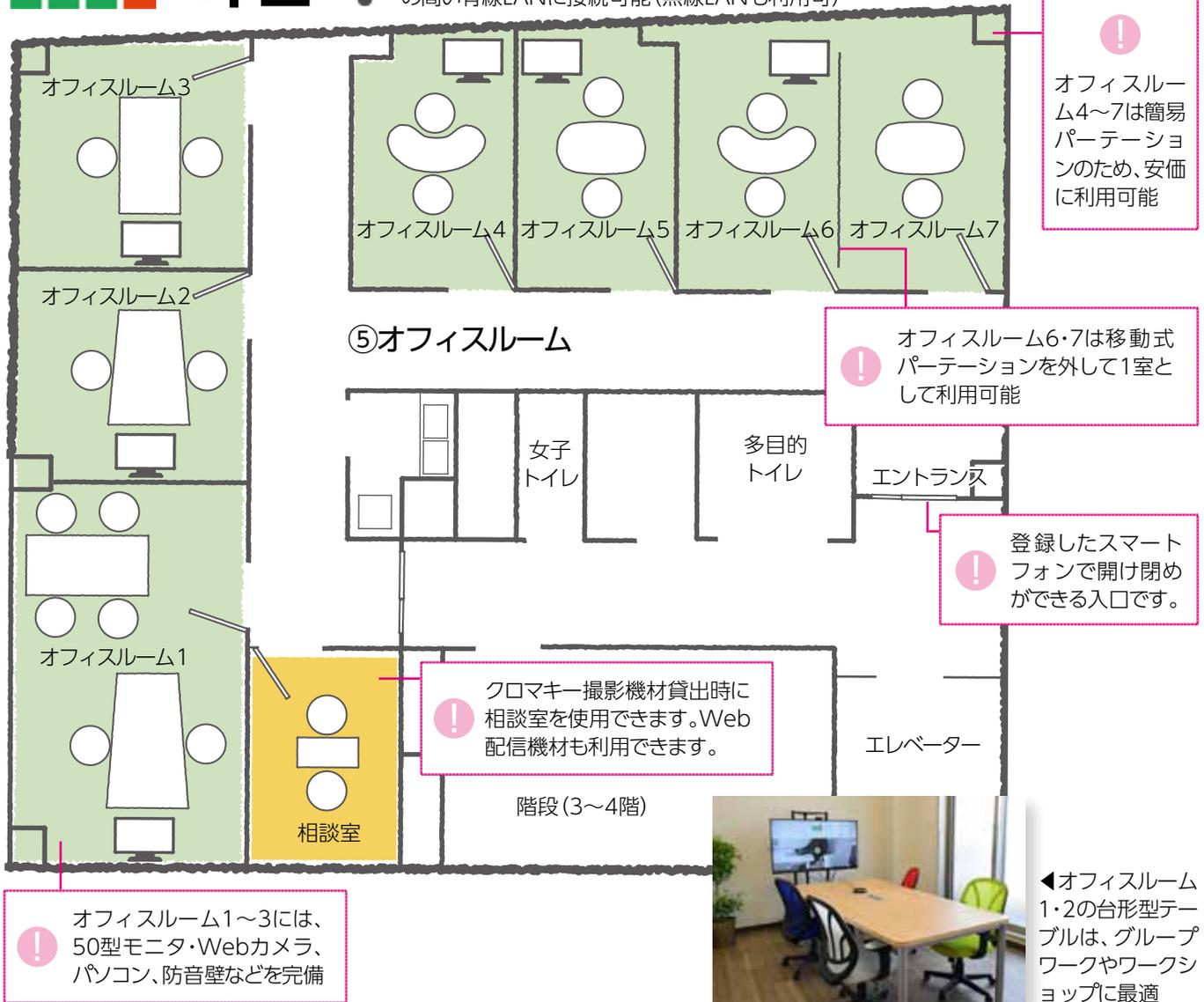
❗ セミナールームは、点線内のオープンスペースを使用した状態です。

❗ 共有プリンターは、A4版・モノクロ印刷だけ(利用無料・枚数制限あり)。

- ◆ クロマキー(映像合成)撮影機材
…5000円(1時間・相談室を利用)
 - ◆ テレプレゼンスロボ…1日2000円
 - ◆ プロジェクター(施設内の白壁に映写対応ホワイトボード(無料)に投影)…1日1000円
 - 貸出物品・価格
 - ⑤ オフィスルーム…企業のサテライトオフィスや起業家のスタートアップオフィスとして利用可能
 - ④ コワーキングスペース(個人ブース・定員3人)…前方以外をパーティションで囲んだ、集中しやすい環境
 - ③ セミナールーム(定員約30人・オープンスペースの一部を貸切)…大人数の講座やイベントが開催可能。遠隔地から講師が話す「テレプレゼンスロボ」も利用可能
 - ② オープンスペース(定員約30人)…打ち合わせや会議など自由に使用可能
 - ① フリースペース…イコマドの施設説明や簡単な会議などに使用(無料)
- イコマドは用途に合わせて、自由にレイアウトの変更が可能。主に5種類の部屋が利用できます。
- 施設概要(①)~④3階、⑤4階

イコマド 4階

全部屋ファイアウォールを完備し、セキュリティの高い有線LANに接続可能(無線LANも利用可)



イコマド利用料金表 (括弧内は会員・市民価格) (単位:円)

名称	1時間	1日	1か月
オープン	400	2,000	2万6,000
スペース	(320)	(1,600)	(2万800)
コワーキング	600	3,000	3万9,000
スペース	(480)	(2,400)	(3万1,200)
セミナー	2,000	1万2,000	—
ルーム	(1,600)	(9,600)	—
オフィス	1,500	9,000	11万7,000
ルーム1	(1,200)	(7,200)	(9万3,600)
オフィス	1,100	6,600	8万5,800
ルーム2・3	(880)	(5,280)	(6万8,640)
オフィス	800	4,800	6万2,400
ルーム4~7	(640)	(3,840)	(4万9,920)

◆市民で起業後3年以内の人はオフィスルームをさらに約4割引き。詳しくはイコマドホームページをご覧ください。

3月31日(金)まで
施設利用料金が **無料**
(申し込みは直接イコマドへ)

▶開館時間 8:00~20:00 (土曜・日曜、祝日、年末年始は休館)

イコマドの受付で利用申請書に必要事項を記載し提出

イコマドホームページで必要事項を記入し申請



◀ホームページはこちら

来所



電話



インターネット



(4月3日(月)以降)

イコマド利用方法

イコマチア



市民の皆さんが協働で行うイベントを「イコマチア」に認定。地元「いこまち」をにぎわいのある楽しいまちにしましょう。

「ひまわりの集い」春のイベント参加者募集

▼対象 障がいのある人のサポートができる人

▼とき・ところ 3月26日(日) 9時45分～16時、福祉センター

▼内容 障がいのある人と食事を作ったり音楽レクリエーションを楽しむ「ひまわり祭り」

▼必需品 エプロン、三角巾、手拭きタオル

▼定員 35人(申込順)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 電話かフアクスでひまわりの集いの浦林さん(☎兼 ☎71・0235)

プラレールひろば

▼とき・ところ 3月30日(木)

4月2日(日)・28日(金)・29日(祝)、5月25日(木)、6月4日(日)、11時～15時(雨天中止)、ベル

平成29年度 広報いこまち 発行予定表

原則として毎月1日・15日に発行しています。発行日が土曜・日曜日、祝日と重なる場合は、日を繰り上げて発行します。5・8・1月号は合併号として月1回の発行です。

号	発行予定日
4月 1日号	▲3月31日(金)
15日号	▲4月14日(金)
5月合併号	5月15日(月)
6月 1日号	6月 1日(木)
15日号	6月15日(木)
7月 1日号	▲6月30日(金)
15日号	▲7月14日(金)
8月合併号	8月 1日(火)
9月 1日号	9月 1日(金)
15日号	9月15日(金)
10月 1日号	▲9月29日(金)
15日号	▲10月13日(金)
11月 1日号	11月 1日(水)
15日号	11月15日(水)
12月 1日号	12月 1日(金)
15日号	12月15日(金)
平成30年	平成30年
1月合併号	1月15日(月)
2月 1日号	2月 1日(木)
15日号	2月15日(木)
3月 1日号	3月 1日(木)
15日号	3月15日(木)

▲…発行予定日を繰り上げています。

イベント・講座



生駒寄席 つじまち亭

▼とき・ところ 5月6日(土) 14時開演(開場は13時30分)、図書会館

▼内容 テラスいこまベルステージ

▼費用 不用になったプラレールをつなげて遊びましょう。4月2日、6月4日は木育のひろばも開催します。

——電車は名前を書いて持参してください。貸出用車両も若干用意しています。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ いこま育児ネットの内田さん(☎090・9110・1544)

——公共交通機関を利用してください。

▼内容 桂文三、林家染糸雀、月亭八斗による本格落語を身近に楽しみませんか。

▼定員 60人

▼費用 前売1000円、当日1500円(全席自由席)

——入場券は4月8日(土)10時から、図書会館、鹿ノ台ふれあいホール、南コミュニティセンター、北コミュニティセンター、IISTAはばたき、芸

桂文三さん



術会館美楽来で販売します。

▼問合せ 図書会館(☎75・5303)

アースデー2017 inなら西畑棚田菜の花まつり

▼とき・ところ 4月23日(日)

10時～14時、西畑町棚田(南生駒駅から西へ徒歩約40分、国道308号沿い、小雨決行)

——駐車場はありません。弁当を持参しハイキングを兼ねて徒歩で来てください。

▼内容 菜の花が咲く西畑町の棚田で、春の1日を楽しみましょう。ミニとんどや地元西畑町の物産品の販売、里山散策会も開催予定です。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ ならコープCSR

組織広報部(☎0742・348735、平日10時～18時)

ミュージアム講演会 「竹林寺古墳の謎に迫る」

▼とき・ところ 4月22日(土)

14時～15時30分、生駒ふるさとミュージアム

▼内容 県立橿原考古学研究所附属博物館主任学芸員の小栗明彦さんによる講座「竹林寺古墳の被葬者像」。市内で唯一の古墳である竹林寺古墳について、周辺遺跡の調査成果を踏まえて、その被葬者の実像を探ります。

▼定員 49人(当日先着順)

▼費用 600円(生駒歴史文化友の会会員は500円)

▼問合せ 生駒ふるさとミュージアム(☎71・7751)

「広報いこまち」は、市内の主要な公共施設や駅・郵便局・南都銀行・京都銀行・コンビニエンスストア、生駒市立病院などにも置いている他、市ホームページにも掲載しています。配布に協力していただいている人は、部数や届け先に変更があった場合は連絡してください。

☎広報広聴課(内線223)

初心者のための茶道教室

▼対象 茶道の初心者

——流派にかかわらず、過去にこの教室を受講したことのない人を優先します。

▼とき・ところ 4月12日、6月14日の毎週水曜日、13時30分～15時30分、高山竹林園

▼講師 生駒市茶道協会の皆さん(裏千家流)

▼必要品 扇子、ふくさ、ふくさばさみ、かい紙、菓子切ようじ、白ソックス

▼定員 20人(抽選制)

▼費用 5000円(全10回分)

▼申込み・問合せ 往復はがきに住所、氏名・ふりがな、年齢、電話番号と過去の受講の有無を書いて、3月27日(月)(必着)までに高山竹林園「初心者のための茶道教室」係(〒6300101、高山町3440、☎79・3344)

生駒の三大薬師を知っていますか

▼とき・ところ 4月22日(土) 生駒山上駅9時20分出発、一分駅15時解散

▼内容 市内には、峯の薬師(鬼取町)、枯木の薬師(北新町)、奥菜畑の薬師(西菜畑町)の三大薬師があります。観光ボランティアガイドと巡ってみませんか。途中、宝山寺と往馬大社の案内も楽しみください(約10km)。

▼定員 20人(抽選制)

▼費用 一人100円

▼申込み・問合せ はがきに参加者全員の住所・氏名・年齢・当日連絡のとれる電話番号を書いて、4月12日(水)(必着)までに、生駒市観光協会事務局「三大薬師コース」(〒6300288、東新町8-38、経済振興課内、内線328)

春の交通安全市民運動

▼問合せ 防災安全課(内線363)

▼パトカー・白バイ記念撮影 in 生駒山上遊園地

▼とき・ところ 4月8日(土) 14時から、生駒山上遊園地北入口付近(雨天中止)

▼内容 パトカーや白バイの展示と記念撮影、交通安全啓発品の配布など

▼費用 無料(申込不要)

▼交通安全致死ゼロを目指す日 啓発作戦

▼とき・ところ 4月10日(月) 14時から、鹿畑町交差点周辺

▼内容 通行車両への安全運転の啓発

子どもと絵本を楽しむ絵本の会

▼対象 市内に住む4歳未満の子どもとその保護者で、原則、全回出席できる人

▼とき 5月19日、6月、10月の毎月第2金曜日(8月を除く)、10時～10時30分、11時～11時30分(時間は月齢で分けます)

▼ところ
◇図書館(〒6300212、辻町238、☎75・5000)
◇図書館北分館(〒6300131、上町1543、北コミュニティセンター1F) Aはばたき内、☎71・3332

◇図書館南分館(〒6300223、小瀬町18、南コミュニティセンターせせらぎ内、☎77・0005)

◇生駒駅前図書室(〒6300245、北新町10-36-501、☎73・7611)

◇鹿ノ台ふれあいホール図書室(〒6300113、鹿ノ台南2丁目3-3、☎78・9973)

▼内容 絵本の読み聞かせ、わらべうた、手遊び

▼定員 各15組(抽選制。生駒駅前図書室は10組)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 市ホームページの申し込みフォームが

りがない、電話番号、子どもの氏名・ふりがな・生年月日を書いて、4月9日(日)(必着)までに参加を希望する各図書館・室の「絵本の会」係

大衆演劇

里見要次郎&市川おもちや

▼とき・ところ ①5月26日(金)14時開演、27日(土)12時開演③15時開演(開場は各回開演30分前)、南コミュニティセンターせせらぎ

——公共交通機関を利用し



里見要次郎さん

てください。

▼内容 大衆演劇の人気座長である里見要次郎と市川おもちや、豪華団員がお届けする人情芝居と舞踊ショーの夢舞台

▼定員 各300人

▼費用 前売り1500円、当日2000円(全席自由席、3歳未満入場不可)

▼申込み 3月25日(土)10時から、南コミュニティセンター

せせらぎ、たけまるホール、北コミュニティセンター、S.T.Aはばたき、鹿ノ台ふれあいホール、図書館、芸術会館美楽来で販売します。

入場券の電話予約は、チケットよしもと(☎0570・550100、Yコード…504559)

▼問合せ 南コミュニティセンターせせらぎ(☎77・0001、〒6300223、小瀬町18)

——市内に住む70歳以上の人を各公演ペア10組20人まで特別招待します。往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、希望公演(①③)を書いて、4月15日(土)までに同センター(抽選制)

——市内に住む70歳以上の人を各公演ペア10組20人まで特別招待します。往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、希望公演(①③)を書いて、4月15日(土)までに同センター(抽選制)

買う前に分かる iPhone教室

▼対象 スマートフォンを持っている人

▼とき・ところ 4月18日(火) ①10時30分～12時30分②14時～16時、北コミュニティセンターI.S.T.Aはばたき

▼内容 スマートフォンアドバイザーによる、スマートフォンを使う前に知っておきたい便利な機能の体験講座
——貸出機はiPhone6です。

▼必要品 筆記用具

▼定員 各20人(抽選制)

▼費用 各540円

▼申込み・問合せ 3月28日(火)～4月2日(日)にファクスかメールに郵便番号、住所、氏名、電話番号、講座名、受講希望時間(①か②)を書いて、北コミュニティセンター講座受付係(☎71・3331、☎71・3351、✉kitakomi-info@ikomashi-sg.jp)

俵口小学校金管バンド第21回カプリシャスコンサート

▼とき・ところ 4月1日(土) 13時30分開演(13時開場)、たけまるホール

▼内容 俵口小学校金管バンドによるコンサート。曲目は「吹奏楽のための音詩 輝きの海へ」「ライオンキング」他、劇などを披露します。

▼費用 無料(全席自由席、申込不要)

▼問合せ 俵口小学校(☎74・8832)

光明中学校 吹奏楽部演奏会

▼とき・ところ 3月29日(水) 18時開演(17時30分開場)、たけまるホール

▼内容 「Concerto di Brillante」と題し、パッサカリア、ユーミンポートレート、「君の名は。」コレクシオン他を演奏。高円高校吹奏楽部がゲストとして登場します。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 光明中学校(☎74・7447)

生駒番傘川柳会の 初心者向け川柳公開講座

▼とき・ところ 4月21日(金) 13時30分～16時、コミュニティセンター

▼内容 川柳の基礎と楽しみ方を学びます。実作題「愛」

「学ぶ」

▼必要品 筆記用具

▼定員 50人(申込順)

▼費用 500円

▼申込み・問合せ 3月25日(土)～4月16日(日)に電話かファクスで同会の松岡俊平さん(☎兼☎78・8776)

第29回「人権を確かめあう日」記念市民集会

本市は、人権への理解を深め、人権意識を高めるため、毎月11日を「人権を確かめあう日」と定め、差別をなくし、全ての人々の人権が尊重される社会を目指しています。この日を記念し市民集会を開催します。

▼とき・ところ 4月15日(土) 13時～15時30分(受付は12時30分から)、たけまるホール大ホール
——駐車場はありません。

▼内容

◆第1部：開会行事と(一社)ソーシャルメディア研究会チーフ研究員の石川千明さんによる講演「子どもたちがスマホと上手に付き合うために、いこまスマホサミットでの取組から」

◆第2部：生駒中学校吹奏楽

部・大阪桐蔭高等学校吹奏楽部による「じんけんふれあいコンサート」

▼費用 無料(当日先着順)

▼問合せ 人権施策課(内線312)

平本貴章遺作展

▼とき・ところ 3月29日(水)～4月2日(日)、10時～17時(2日は16時まで)、芸術会館美楽来

▼内容 生駒市芸術協会連盟理事長を長年務め、生駒の文化向上に尽力された洋画家の故・平本貴章さんの遺作展

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 平本重次さん(☎73・5300)

ガールスカウト奈良県第31団の体験集会の説明会

▼対象 4歳以上の女兒とその保護者

▼とき・ところ 4月16日(日) 15時～15時40分、北コミュニティセンターI.S.T.Aはばたき

▼内容 年間で10回開くガールスカウト活動の体験集会の説明会

▼申込み・問合せ 4月14日

(金までに電話かファクス、メールで、参加者全員の住所・氏名、電話番号、女兒の年齢を明らかにして、同団の吉田さん(☎兼☎79・1164、✉gs31dan@yahoo.co.jp)

gs31dan@yahoo.co.jp)

スポーツ



合気道岩出道場生駒教室

▼対象 市内に住む人(女性や中高年者も歓迎)

▼練習のとき・費用

◆子どもの部(年長児にあたる幼児～中学生)：毎週日曜日、9時20分～10時30分、月2000円
◆大人の部(高校生以上)：毎週日曜日、10時30分～12時、月3000円、シニア・学生は月2000円

——いずれも練習日を日曜日の午後か土曜日に変更する場合があります。

▼ところ 主に生駒市体育協会滝寺S.C.武道館

▼内容 合気道(段級位取得可)

▼問合せ 同教室の松本さん(☎79・9792)

スポーツ教室の日程

教室名	とき	ところ
柔道	4月9日、6月25日、7月9日、8月20日、9月24日、10月15日、11月12日、12月10日、平成30年1月7日、2月25日、3月11日(いずれも日曜日)、9:30~15:30	武道館
武術 太極拳	4月の毎週土曜日(29日を除く)、13:30~15:30	武道館
空手道	4~6月の毎週水曜日(5月3日は除く)、小・中学生コースは18:00~19:30、一般コースは19:30~20:55	北大和体育館
弓道	4~6月の毎週土曜日(5月6日・27日、6月24日を除く)、9:30~11:30	生駒市体育協会滝寺S.C.体育館2階管理事務所前集合
少林寺 拳法	4月2日(日)、5月7日(日)、6月4日(日)、7月2日(日)、9月3日(日)、11月5日(日)、12月3日(日)、13:30~17:00	武道館
軟式学童 野球	5月6日(土)9:00~17:00(雨天時は12:00まで) 6月11日(日)9:00~12:00(雨天時は6月18日(日))	TAC井出山スポーツパークグラウンド(雨天時は同体育館) 生駒東小学校グラウンド

スポーツ教室

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ (一財)生駒市体育協会(☎73・8822)

柔道教室

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している小学生以上

▼指導 生駒市柔道連盟員

▼必要品 柔道着か運動着(ボタンの付いていないTシャツなど)

武術太極拳教室

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している18歳以上(高校生は除く)

▼指導 生駒市武術太極拳連盟員

▼必要品 運動着、体育館シューズ

空手道教室

▼対象 小・中学生コース：市内に住む小・中学生
一般コース：市内に住むか

市内に住むか

市内へ通勤・通学している高校生以上(中高年齢者や女性を歓迎)

▼指導 生駒市空手道連盟員

▼必要品 道衣か運動着

弓道教室

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している18歳以上

▼指導 生駒市弓道協会員

▼必要品 運動着、運動靴

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している小学生以上

▼指導 生駒市少林寺拳法連盟員

▼必要品 拳法衣か運動着

軟式学童野球教室

▼対象 市内に住む6~12歳児にあたる幼児・小学生

▼指導 生駒市軟式学童野球連盟員

プロから学ぶ
バスケットボール

市内総合型地域スポーツクラブとバンビシヤス奈良が連携してスクールを実施します(日程は変更する場合あり)。

▼対象 市内に住むか、市内に通園・通学している人(年齢は平成29年4月2日現在)

▼必要品 上履き、運動できる服装、飲み物

▼申込み 往復はがきかメール(チャダンスはリトルパインホームページの申し込みフォームかメール)に保護者の住所・氏名・電話番号、子どもの氏名・ふりがな・年齢・生年月日・学校園名(小学生は学年も)・性別を書いて、各スクールの問合せ先

バスケットボールスクール

▼指導 バンビシヤス奈良のスクールコーチ

▼定員 各30人(抽選制)

▼費用 月会費5400円(中学生クラスは7560円。年会費5400円とウェア・ボール代、保険料が別途必要)

▼問合せ いこ増ッスルクラブ(一財)生駒市体育協会事務局内、〒630-0266、門前町9-20、☎73・8822

生駒校

2. ☎ikomusc@kcn.jp

▼対象 ①4~6歳②小学1~3年生③小学4~6年生④中学生

▼とき・ところ 4月3日、平成30年3月31日の月曜日、①16時30分~17時30分②17時30分~18時30分③18時15分

分~19時45分④18時45分~20時45分、生駒市体育協会滝寺S.C.体育館(変更する回もあり)

北大和校

▼対象 ①小学1~3年生②小学4~6年生

▼とき・ところ 4月4日、平成30年3月31日の火曜日、①18時10分~19時10分②19時15分~20時45分、北大和体育館

チャダンススクール

▼対象 ①小学1~3年生②小学4~6年生の女児

▼とき・ところ 4月10日、平成30年3月31日の毎週月曜日、①18時~19時②19時~20時、生駒南第二小学校

▼内容 バンビシヤス奈良のチャスクール講師による指導で、ホームゲーム・地域のイベントに出演します。

▼定員 各20人(申込順)

▼費用 月会費6480円(年会費6480円とポンポン・ウェア代、保険料が別途必要)

▼問合せ リトルパイン総合型地域スポーツクラブ(☎090・1967・9124、☎littepine@hb.tpl.jp)

平成29年度 生駒市剣道 連盟各クラブの部員募集

各道場・クラブでは、体験教室、見学を実施しています。

鹿ノ台剣心会

▼練習のとき・ところ 毎週土曜日17時～19時、毎週日曜日の9時～11時30分、鹿ノ台小学校か鹿ノ台中学校体育館

▼申込み・問合せ 松田元司さん(☎0742-461671)

修心館 村本道場

▼練習のとき・ところ 毎週火曜日の18時～20時30分、毎週土曜日の17時～20時、村本道場(あすか野3丁目)

▼申込み・問合せ 村本和史さん(☎78-1975)

生駒剣友会

▼練習のとき・ところ 毎週水曜日の17時～19時、毎週土曜日の9時～12時、毎週日曜日の14時～18時、生駒小学校体育館

▼申込み・問合せ 齋森康子さん(☎73-9465)

東生駒 剣道クラブ

▼練習のとき・ところ 毎週土曜日の17時～19時、毎週日曜

日の10時～12時、主に生駒市体育協会滝寺S.C.武道館

▼申込み・問合せ 同クラブ事務局(☎090-38466788)

宝剣会

▼練習のとき・ところ 毎週土曜日19時～20時、生駒市体育協会滝寺S.C.武道館

▼申込み・問合せ 石丸勲さん(☎74-3839)

自主学習グループ

中国武術体験教室

▼とき・ところ 3月25日(土)12時～14時30分、図書館

▼内容 初心者～上級者を対象にした中国武術講座

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ ニューヨークカンフリー同好会の林隆志さん(☎080-338614520)

ジャズダンスを楽しもう

▼とき・ところ 4月1日(土)

10時～11時30分、北コミュニティセンターI・S・T・Aはばたき

▼内容 ストレッチとジャズダンス(経験者も歓迎)

▼必要品 動きやすい服装、靴、バスタオル

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ ぐるーぷE☆Zの妹尾陽子さん(☎090-31666869)

歌唱をハートで楽しもう!

▼とき・ところ 4月8日(土)

13時～17時、東旭ヶ丘2丁目13内容 持ち歌の披露と課題曲のテープ学習

▼定員 15人(申込順)

▼費用 1000円

▼申込み・問合せ 3月27日(月)～4月2日(日)に歌唱、ハート&ハートの大鋸集さん(☎090-88877146)

社交ダンス無料講習会

▼とき・ところ 3月25日(土)

12時～14時30分、南コミュニティセンターせせらぎ(申込不要)

▼内容 経験者・未経験者を対象にした社交ダンス体験講習会

▼必要品 ダンスシューズか上履き

▼問合せ 社交ダンススリー

▼ステップの吉川栄さん(☎77-7624)

和歌朗詠と詩吟無料講習会

▼とき・ところ 3月25日(土)

14時30分～16時、図書館(申込不要)

▼内容 和歌「東風吹かば」と詩吟「寒梅」の学習会

▼必要品 筆記用具

▼問合せ 真風流日本詩歌吟詠会生駒吟詩会の土本みさ子さん(☎75-0919)

健康



食と健康 ナットク! なるほど講座

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人

▼とき・ところ 3月24日(金)

14時～16時、セラビーいこま▼内容 市管理栄養士による、目からウロコが落ちる正しい健康情報の見分け方に関する講座。「食習慣や知って

いる健康知識は正しいのか」「〇〇を食べると健康に良いってホント」などの疑問を解決します。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 健康課(☎75-1002)

福祉



精神科医師による 「物忘れ相談」

▼対象 「物忘れがひどくなった」「物忘れがひどくなった家族を医療機関に受診させたいが、本人の抵抗が強くて困っている」など、物忘れについて相談したい高齢者やその家族(家族だけでも可)

▼とき・ところ 4月11日、5月9日、6月13日、7月11日、8月8日、9月12日、10月10日、11月14日、12月12日、平成30年1月9日、2月13日、3月13日(いずれも火曜日)、13時30分～16時30分(1件約1時間、1日3件程度。申込順)、コミュニティセンタ

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 相談日の1週間前までに高齢施策課地域包括ケア推進室(内線769)

音楽広場

- ▼対象 市内に住む65歳以上
- ▼とき・ところ 4月17日(月)、5月1日(月)・15日(月)・29日(月) 6月12日(月)・26日(月)、13時30分～15時、まちかど保健室(あすか野介護予防拠点施設内)
- 駐車場はありません。
- ▼内容 音楽に合わせた深呼吸・発声・リズム活動などを通して、心身のリラクゼーションやリフレッシュをはかる音楽療法士による講座
- ▼定員 15人(申込順)
- ▼費用 無料
- ▼申込み・問合せ 3月27日(月)から電話でまちかど保健室(☎71・3373、平日10時～15時)

音訳講習会

- ▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人
- ▼とき・ところ 4月20日～6月8日の木曜日(5月4日・25日は除く)、10時～12時、福祉センター(全6回)
- ▼内容 視覚障がい者のために文章などを音声に変え正しく伝える朗読ボランティア

ア養成講習

- ▼定員 20人(抽選制)
- ▼費用 864円
- ▼申込み・問合せ はがき、電話、ファックスかメールで、住所、氏名、電話番号を明らかにして4月5日(水)までに福祉センター(〒630-00221、さつき台2丁目6-1、☎73・0700、☎73・0294、✉fukusi-center@kc.njp)

介護職員初任者研修の受講者を募集します

- ▼対象 訪問介護などの活動に興味と熱意があり、全課程指定日に受講できる人
- ▼とき・内容 ◇講義・実技…5月13日・20日・27日、6月3日・10日・17日・24日、7月8日・15日・22日・29日、9月30日、10月7日・14日・28日、11月11日(いずれも土曜日)、7月2日、8月6日・20日・27日、9月3日・10日・17日・24日(いずれも日曜日)、原則9時～16時(一部は17時まで)
- ◇実習…10月16日(月)～27日(金)のうち3日間(施設の都合で変更する場合があります)
- ▼ところ 宝山寺福祉事業団

「桃李館」(元町2丁目)、特別養護老人ホーム梅寿荘

- ▼定員 40人(抽選制)
- ▼費用 5万円(テキスト代6500円程度が別途必要)
- ▼申込み・問合せ はがきに住所、氏名・ふりがな、生年月日、電話番号を書いて、4月10日(月)(必着)までに宝山寺福祉事業団「ヘルパー養成講座」係(〒630-00257、元町2丁目14-8、☎74・6811)

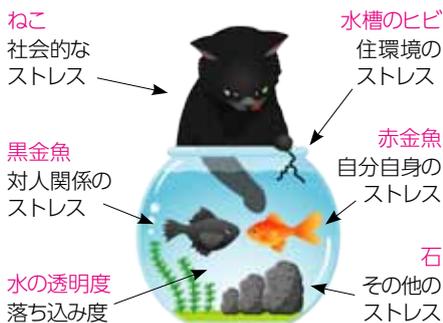
高齢者に役立つ講座

- ▼対象 市内に住む65歳以上の人とその家族
- ▼とき・ところ ①4月12日(水)②26日(水)、10時～11時30分、まちかど保健室(あすか野介護予防拠点施設内)
- 駐車場はありません。
- ▼内容 保健師による健康講座「受けていますか?がん検診」。①乳・子宮がん②胃・肺・大腸がんについて話します。
- ▼定員 15人(申込順)
- ▼費用 無料
- ▼申込み・問合せ 3月27日(月)から電話でまちかど保健室(☎71・3373、平日10時～15時)

こころの体温計で こころの健康チェックをしてみませんか?

☎健康課(☎75-2255)

こころの体温計は、パソコンや携帯電話で気軽にいつでも・どこでも、ストレスや落ち込み度をチェックできるシステムです。春は気候や環境の変化により、気づかないうちに疲れやストレスを抱えやすい時季。「疲れたな…」「なんとなく調子が悪いな…」と感じたら、「こころの体温」を測ってみませんか。



▲ストレス度や落ち込み度をイラストで表します (画像は本人モード)

こころの体温計には多彩なモードがあります。「本人モード」では11個の簡単な質問に答えるだけで、自分の心の状態をイラストで見ることが出来ます。家族の調子が気になるときは「家族モード」、育児にがんばるママは「赤ちゃんママモード」がおすすめ。その他、自分の考え方の傾向やアドバイスが見られる「ストレス対処タイプテスト」や悩み別の相談先も掲載しています。市ホームページの「健康・医療」からか、右のQRコードから利用してください。

—— 性別や年代などを聞きますが、氏名や住所などの個人情報は一切取得しません。利用料は無料ですが、通信料は自己負担です。



▲診断チェックはこちら



スマホで簡単♪

介護者(家族)の会

- ▼対象 現在介護をしている人や介護に関心のある人
- ▼とき・ところ 4月11日・25日、5月9日・23日、6月13日・27日、7月11日・25日、9月12日・26日、10月10日・24日、11月14日・28日、平成30年1月23日、2月13日・27日、3月13日・27日(いずれも火曜日)、13時30分～15時30分、コミュニティセンター
- ▼内容 日頃の介護の悩みや不安などを話すサロン(申込不要)

- ▼問合せ 生駒市介護者(家族)の会の日野紀代子さん (☎78・7952、17時以降)

子育て・教育



ぴよぴよサロン

- ▼対象 市内に住む生後4か月までの乳児とその保護者
- ▼とき・ところ 4月19日(水) 13時30分～15時、子育て支援総合センターたち
- ▼内容 保護者同士の交流、保健師による体重計測・育

児相談、保育士による手遊びやふれあい遊びなど

- ▼必要品 下に敷くバスタオル、おむつ、ミルクなど
- ▼費用 無料(申込不要)
- ▼問合せ 同センターたち (☎73・5582)

もこもこサロン

- ▼対象 市内に住む生後7～12か月の乳児とその保護者
- ▼とき・ところ

- ◇4月11日(火)：北コミュニティセンターISTAはばたき
- ◇5月9日(火)：子育て支援総合センターたち

- ◇6月13日(火)：小平尾南児童館
- 時間はいずれも13時30分～15時です。

- ▼内容 保護者同士の交流、手遊び・ふれあい遊びなど
- ▼費用 無料(申込不要)
- ▼問合せ 同センターたち (☎73・5582)

もぐもぐサロン

- ▼対象 市内に住む生後5～6か月の乳児とその保護者
- ▼とき・ところ 4月19日(水) 10時～12時、子育て支援総

Eco News

もったいない食器市の回収方法が変わります

不要となった食器などを回収・配布する「もったいない食器市」。4月から、南コミュニティセンターせせらぎと北コミュニティセンターISTAはばたきでの回収方法と配布時間が変わりますので注意してください。

- ▶回収日時 各センター開館日の9:00～17:00
- ▶回収方法 設置している無人回収のコンテナに、包装物などを取り、陶磁器製食器とガラス製食器に分別して入れてください。
- ▶配布日時
 - ◇南コミュニティセンターせせらぎ…第1木曜日の13:00～15:00
 - ◇北コミュニティセンターISTAはばたき…第3木曜日の13:00～15:00
- 詳しい日程は、27ページの連載コーナー「もったいない食器市」をご覧ください。
- ▶注意 ディアーズコープいこまで毎月10日に行うもったいない食器市の回収方法は変わりません。

☎環境保全課(内線354)

合センターたち

- ▼内容 保護者同士の交流、保健師・栄養士の離乳食相談、保育士による手遊びやふれあい遊びなど

- ▼必要品 母子健康手帳、下に敷くバスタオル、おむつ、ミルクなど
- ▼費用 無料(申込不要)
- ▼問合せ 同センターたち (☎73・5582)

「ちどりであそぼ」の子育て講座

- ▼対象 市内に住む就学前の乳幼児とその保護者
- ▼とき・ところ 4月13日(木) 10時～11時、いちぶちどり保育園
- ▼内容 保育園で楽しく遊ば

う。

- ▼定員 15組(申込順)
- ▼費用 無料
- ▼申込み・問合せ 3月30日(木)10時から電話かファクスで、子どもの氏名・年齢、電話・ファクス番号を明らかにして、いちぶちどり保育園

- (☎76・2400、☎76・2401)

パパセミナー「赤ちゃんとおそぼ」

- ▼対象 市内に住む5月1日時点で生後2～12か月の第一子とその父親・母親
- ▼とき・ところ 5月13日(土) 27日(土)、6月10日(土)・24日(土)、10時～11時30分(全4回)、子育て支援総合センターたち

ち

- ▼内容 父親と赤ちゃん：月齢に合わせた関わり遊びや他の赤ちゃんの様子を知りましょう。
- ◇母親：別室でワークショップとおしゃべり会

- ▼定員 10組(抽選制)
- ▼費用 無料
- ▼申込み・問合せ 市ホームページの申し込みフォームかはがきに住所、両親と子どもの氏名・ふりがな・年齢(子どもは生年月日)、電話番号を書いて、4月7日(金)(必着)までに同センターたち「パパセミナー」係(〒630-0257、元町1丁目6-12、☎73・5582)

「かるがものおへや」に遊びに来ませんか

▼対象 市内に住む0歳〜就園前の子どものとその保護者

▼とき・ところ

◇4月13日(木)・27日(木)、5月11日(木)・25日(木)、北コミュニティセンター I S T A はばたき

◇4月11日(火)・25日(火)、5月9日(火)・23日(火)、子育て支援総合センター たっち

◇4月14日(金)・28日(金)、5月12日(金)・26日(金)、南コミュニティセンターせせらぎ

—— 時間はいずれも10時〜11時30分です。

▼内容 親子で楽しめる体を使った遊びや手遊び、歌遊び、絵本の読み聞かせ、お楽しみシアターなど

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 子育て支援グループ

プ・かるがもの会 ☎75・211-1、第3金曜日・祝日を除く月〜土曜日の10時〜15時

ゆうゆうひろば

第1期を募集します

▼ところ 子育て支援総合センター たっち

▼内容 親子で体を使った遊びや簡単な製作遊びなどを楽しみ、子どもの心身の発達を促す講座

▼定員 30組(抽選制、初めての人を優先。生後4か月から託児あり、要申込)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 市ホームページの申し込みフォームから

はがきに、参加する子どもと託児が必要な子どもの氏名・ふりがな・生年月日、参加する保護者の住所・氏名・ふりがな・電話番号、対象児の「ゆうゆうひろば」の参加経験の有無を書いて、4月14日(金)(必着)までに子育て支援総合センター たっち「ゆうゆうひろば(ひよこ)」係か同センター たっち「ゆうゆうひろば(うさぎ)」係 ☎630002

57、元町1丁目6-12、☎73・5582

ひよこ

▼対象 市内に住む平成28年4月2日〜7月31日に生まれた子どもとその保護者(兄弟姉妹の託児可)

▼とき 5月8日(月)・22日(月)、6月5日(月)、10時〜11時

▼ところ

6月5日(月)、10時〜11時

うさぎ

6月5日(月)、10時〜11時

6月5日(月)、10時〜11時

6月5日(月)、10時〜11時

6月5日(月)、10時〜11時

6月5日(月)、10時〜11時

▼対象 市内に住む平成27年4月2日〜平成28年4月1日に生まれた子どもとその保護者(兄弟姉妹の託児可)

▼とき 5月15日(月)・29日(月)、6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

6月12日(月)、10時〜11時

お知らせ



犬の登録と狂犬病予防注射はお済みですか？

飼い犬には、狂犬病予防法で一生に1回の登録と、毎年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。

市は狂犬病予防の集合注射

を左表の日程で実施します。なお、飼い犬の登録は環境保全課の他、注射会場でも行います。

▼対象 生後91日以上の犬

▼必要品 狂犬病予防注射のお知らせはがき

—— 登録済みの人に送付します。添付の問診票を記入し、切り取らず当日必ず持参してください。

▼費用 3200円(登録を併せて行う人は別途登録料3000円)

—— 予防注射は最寄りの動物病院でも実施しています(料金は集合注射時と異なる場合がありますので注意してください)。

▼問合せ 上下水道部総務課 ☎79・2800

▼問合せ 環境保全課(内線373)

春の行楽に給水スポットをご利用ください

冷やして飲むとおいしい生駒の水道水。給水スポット協力店を利用した人は、マイボトルに生駒の水道水を無料で補給してもらえます。

市内の散歩やハイキングに、ぜひ給水スポットを利用してください。

—— 給水スポットの場所など詳しくは、生駒市水道事業ホームページをご覧ください。

▼問合せ 上下水道部総務課 ☎79・2800

狂犬病予防注射(集合注射)の日程

とき	ところ
4月 9:30~11:30	松美台自治会館
10日(月) 13:00~15:00	図書会館南側駐車場
9:30~10:30	大北自治会館
11日(火) 11:00~11:30	庄田自治会館
13:00~13:30	獅子ヶ丘自治会館
14:30~15:00	門前町自治会館
12日(水) 9:30~12:00	北大和体育館駐車場
13:30~15:00	鹿ノ台北公園
13日(木) 9:30~11:00	鹿畑自治会館
13:30~15:00	白庭台北公園
14日(金) 9:30~11:30	壹分町東自治会館
13:00~14:00	東生駒南自治会館
14:30~15:30	生駒台集会所
17日(月) 9:30~11:30	北コミュニティセンター I S T A はばたき駐車場
13:00~13:30	南田原町集会所
14:00~15:30	芸術会館美楽来駐車場
18日(火) 9:30~11:30	喜里が丘第4公園
13:00~15:30	秋の台住宅地自治会館
19日(水) 9:30~11:30	鹿ノ台スポーツ公園
13:00~15:00	あすか野自治会館
20日(木) 9:30~11:30	ひかりが丘集会所
13:00~14:30	さつき台集会所
24日(月) 9:30~11:30	セラビーいこま駐車場
13:00~15:30	南コミュニティセンターせせらぎ駐車場

市民農園の利用者募集

▼対象 市内に住み、農業を営んでいない人

▼利用期間・ところ

◇4月28日～平成31年3月31日
日：北地区市民農園(高山町2379-1他)

◇4月28日～平成30年3月31日
日：南地区市民農園(萩原町805-1他)

▼募集区画数 各数区画

▼費用 年間1万5360円
(1年に満たない場合は月割計算)

▼注意

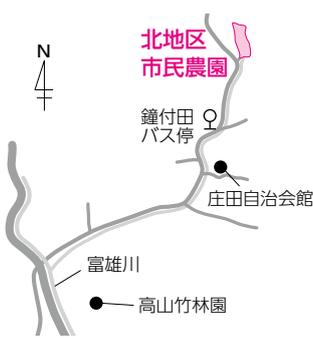
◇各農園の1区画の広さは約30㎡です。

◇1世帯1区画までとし、農園の重複応募はできません。

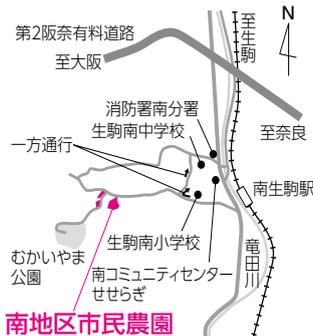
◇遊休農地活用事業との重複利用はできません。

——市民農園は遊休農地解消に向けた取組の一つで、

北地区市民農園の位置



南地区市民農園の位置



4月のし尿くみ取り予定表

▶注意 これは浄化槽のくみ取り予定表ではありません。転入、転出などで人数が変わったり、くみ取りを開始・中止したりする場合は、申請が必要です。7:00から順次くみ取ります。



圃環境保全課(内線356)

とき	1 班	2 班
1日(土)	高山町	秋津、東山町、小平尾町
3日(月)		小平尾町
4日(火)	傍示	
5日(水)		萩の台、小瀬町
6日(木)	庄田	萩原町
7日(金)		
8日(土)	庄田、大北	
10日(月)	大北	藤尾町、大門町
11日(火)	大北、久保	鬼取町
12日(水)	久保	菜畑町、西畑町
13日(木)		
14日(金)	宮方	有里町
15日(土)	芝	壱分町
17日(月)	芝、上町、鹿畑町	壱分町、西菜畑町
18日(火)	北田原町	西菜畑町、東生駒、東菜畑1・2丁目、中菜畑1・2丁目
19日(水)		緑ヶ丘、新旭ヶ丘、軽井沢町、西旭ヶ丘、東旭ヶ丘
20日(木)		山崎町、辻町
21日(金)	松美台、新生駒台、小明町、桜ヶ丘	辻町、谷田町
22日(土)	俵口町	谷田町、東新町、本町、元町1・2丁目
24日(月)	東松ヶ丘、西松ヶ丘、喜里が丘	山崎新町、仲之町、北新町
25日(火)		
26日(水)	門前町	北新町
27日(木)	傍示	秋津、東山町、小平尾町
28日(金)		小平尾町

きるだけ多くの人に利用してもらうことを目指しています。

▼抽選日 申し込み多数の場合、利用者と利用できる区画の抽選を4月18日(火)10時から市役所4階401会議室で行います(抽選の見学は自由で、結果は応募者全員に郵送でお知らせします)。

▼申込み・問合せ はがきに住所、氏名・ふりがな、電話番号、職業、希望農園の地区名と「市民農園利用申込書」と書いて、4月10日(月)(必着)までに経済振興課「市民農園利用者募集」係(〒630-0288、東新町8-38、内線324)

「おちやせん」で商品販売にチャレンジしませんか

▼対象 創業を目指す人や創業後5年以内の人

▼内容 市アンテナショップ「おちやせん」で、次のいずれかを満たす商品のテスト販売をしたい人を募集します。テ

スト販売には、市とアンテナショップの認定が必要です。

①市内で製造・生産された商品

②市内で生産された原材料を使用した商品

③生駒の独自性を表現できる商品

▼メリット

①販売事務手数料(販売価格の20%)は市が負担

②商品に対する消費者の感想・意見、売上などのデータの提供

③チャレンジ商品をチラシ・ポスターなどへ掲載

▼販売期間 9月～平成30年2月の間で、1出品者当た

り3か月間

▼申込み 7月に募集開始——詳しくは広報いこまち6月15日号でお知らせします。

▼問合せ 経済振興課(内線328)

「ゆうドキッ!」放送中

奈良テレビ放送で毎週金曜日に放送している「ゆうドキッ!」。

18時30分から、県内各市の情報を紹介しています。

▼生駒市が紹介される4月の放送日 7日

▼問合せ 広報広聴課(内線224)

市税コーナー

3月は国民健康保険税第9期分の納付月
～納期限までに納付してください～

平成29年度固定資産税・都市計画税の納期限は5月1日(月)

平成29年度の固定資産税・都市計画税の第1期分と全期前納分の納付月は4月で、納期限は5月1日(月)です(納税通知書は4月中旬に郵送します)。

口座振替を利用している人は、振替日の前日までに入金してください。

固定資産税・都市計画税の平成29年度第1期分、全期前納分の口座振替の申し込みは、3月27日(月)までをお願いします(一度手続きをすれば、翌年度以降も継続されます)。

▶問合せ 収税課(内線293)

休日納付相談を利用してください

市税の納付が困難で平日に来庁できない人は、休日納付相談を利用してください(市税・国保税は納付もできます)。

▶とき・ところ・問合せ 3月26日(日)8:30～17:00、収税課(内線294)

4月3日(月)から生駒市ふるさとハローワークの開庁時間を月々金曜日の9時30分～17時に変更します。
ふるさとハローワークでは、求人情報をパソコンで自由に見ることができ、専門員による職業の相談・紹介や、履歴書などの書き方・添削も行っています。

▶問合せ 生駒市ふるさとハローワーク(☎73・1105)

ふるさとハローワークの開庁時間が変わります

▶問合せ 課税課(内線383)

固定資産課税台帳の閲覧
所有する物件の税額など、課税内容を知りたい場合は、いつでも固定資産課税台帳を閲覧できます。
有償で土地や家屋を借りている人も対象物件を限定して閲覧できます。ただし、当該物件の賃貸借契約書の写しが必要です。

土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧
一定の条件のもとで他人の所有する物件(土地や家屋など)の評価額も縦覧できます。
▶対象 市内に土地・家屋を所有する納税者、納税者の委任を受けた人など

必要品 納税通知書、免許証など本人確認ができるもの、委任を受けた人は委任状
▶ところ・問合せ 課税課(内線383)

縦覧内容
◆土地: 所在、地番、地目、地積、評価額
◆家屋: 所在、家屋番号、種類、構造、床面積、評価額
——土地・家屋ともに、税額などこれら以外の内容は縦覧の対象になりません。
▶必要品 納税通知書、免許証など本人確認ができるもの、委任を受けた人は委任状

▶とき・ところ 4月3日(月) 5月1日(月)、8時30分～17時15分(閉庁日を除く)、課税課
◆縦覧内容
◆土地: 所在、地番、地目、地積、評価額
◆家屋: 所在、家屋番号、種類、構造、床面積、評価額
——土地・家屋ともに、税額などこれら以外の内容は縦覧の対象になりません。

平成29年度の国民年金保険料の納付額と割引額(定額保険料 1か月1万6,490円)

支払区分	納付時期	納付方法	①毎月納付額	②前納額	割引額(①-②)
2年度分(4月～翌々年3月分)	4月末	納付書・クレジットカード	39万3,960円	37万9,560円	1万4,400円
		口座振替		37万8,320円	1万5,640円
1年度分(4月～翌年3月分)	4月末	納付書・クレジットカード	1万6,490円×12か月 =19万7,880円	19万4,370円	3,510円
		口座振替		19万3,730円	4,150円
6か月分(4～9月分と10月～翌年3月分)	4月末・10月末	納付書・クレジットカード	1万6,490円×6か月 =9万8,940円	9万8,140円	800円
		口座振替		9万7,820円	1,120円
早割	毎月納付	口座振替	1万6,440円×12か月 =19万7,280円	※月々50円、年間600円お得です。	

◇口座振替の場合、金融機関が振替日(月末)に休みの場合は、翌営業日が振替日です。

平成29年度の国民年金保険料が決まりました
平成29年度の国民年金保険料が左表のとおり決まりました

た。早割は、随時受け付けています。
▶問合せ 奈良年金事務所 国民年金課(☎0742・351370)

マイサポいこま・ エントリー団体募集

18歳以上の市民が、支援したい市民活動団体の事業を選び、その結果を考慮して団体に支援金が交付される制度「マイサポいこま（生駒市民が選択する市民活動団体支援制度）」の支援を希望する団体を募集します。

▼対象 環境、まちづくり、文化、福祉など社会貢献活動を自主的に非営利で行う団体

体の事業

▼申込み・問合せ

申請書に必要事項を書いて、4月1日（土）15日（土）（必着）に直接か郵送で市民活動推進センターからポート（〒630-00257、元町1丁目7-6、☎75・6000）

—— 申請書は、同センターなどで配布する他、市ホームページからダウンロードもできます。詳しくは市ホームページに掲載している募集要項をご覧ください。

キラリ 生駒

びと

このコーナーでは、本市が募集したポスターや標語の入選作品、各種大会やコンクールに市を代表して出場する市民などを紹介します。

経産省新エネ大賞受賞 おめでとうございます

優れた新エネルギーなどの機器の開発、設備などの導入と普及啓発の取組を表彰する経産省「平成28年度新エネ大賞」で、全額市民の出資で太陽光発電所を開設・運営し、収益を地

市民エネルギー生駒の皆さん



域に還元する取組などが評価され、新エネ大賞新エネルギー財団会長賞を受賞しました。

◇（一社）市民エネルギー生駒

▼問合せ 環境モデル都市推進課（内線375）

発行は簡単3ステップ /

証明書発行に便利なマイナンバーカードを作ませんか

STEP
01

市民課窓口か郵送・オンラインで申請

◆下の必要品を持って市民課窓口で申請

- ・個人番号カード交付申請書 ・通知カード
- ・住基カード（ある人だけ） ・本人確認書類※
- 申請時に必要な顔写真は市民課で無料撮影します。

◆郵送やスマホ、自宅のパソコンで申請

通知カードに同封されている説明用パンフレットに記載された申請方法を確認してください。

詳しくはパンフレットに記載のマイナンバー総合フリーダイヤルに問い合わせてください。

※運転免許証、パスポートなど顔写真付きのものは1点、健康保険証など顔写真のないものは2点以上、有効期限内の公的な書類が必要

STEP
02

申請者本人の住所地に交付通知書（はがき）を送付

STEP
03

マイナンバーカードの受け取り

必ず本人が市民課窓口へ来てください。

<必要品>

- ・本人確認書類※
- ・交付通知書（はがき）
- ・通知カード（受け取りまでに返納していない人）
- ・住基カード（ある人で受け取りまでに返納していない人）

市民課窓口の臨時受付

▶とき・ところ 4月9日（日）23日（日）、8:30～12:00、市民課

▶取扱業務 住所の異動届、各種証明書の交付、マイナンバーカードの申請受付・交付



マイナンバーカードを利用すると、全国のセブン-イレブン、ローソン、サークルKサンクス、ファミリーマート、ミニストップなどのコンビニや、市役所に設置している多機能端末機で下記の証明書を取得できます。（利用時間…コンビニは6:30～23:00、市役所は平日の8:30～17:15）

- ▶住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、戸籍の附票の写し、所得・課税（非課税）証明書 …1通300円→150円
- ▶戸籍全部事項証明書、戸籍個人事項証明書 …1通450円→250円



小学生が考えた
スープが給食に登場

2/9(木)

生駒東小学校6年生の中太一郎さんが考えたメニュー「トマトの野菜コンソメスープ」が、給食の献立になりました。小学生メニューコンテストで学校給食センター賞を受賞したこの作品。中さんは「給食になるとは思っていなかったのうれしいです」と喜びました。



大興奮！沓分に
雪がやってきた

1/29(日)

自治会やPTAなどが参加する市民自治協議会「やまびこネットワーク」が沓分小学校と沓分幼稚園で雪あそびと軽スポーツ体験を開催し、712人が集まりました。用意された雪は20tトラック4台分。雪だるま作りやストライクアウトなど、大人も子どもも夢中で楽しみました。



オリンピック
銀メダリストが講演

2/9(木)

ロンドンオリンピック・アーチェリー男子個人銀メダリストの古川高晴さんによる講演会と模擬実演を緑ヶ丘中学校で開催。「夢をかなえるために」と題した講演会では「好きなことを見つけて、楽しむことがたいせつ」と話され、生徒は真剣に聞き入っていました。



地域で交流
昔のあそびを知ろう

2/2(木)

沓分小学校1年生が、沓分小学校区老人会の皆さんと昔ながらのあそびで交流を深めました。あやとりやコマ、けん玉、お手玉など6種類のあそびを体験。あやとりを教わった児童は「いろいろな形が変わって、続いていくのが楽しい」と笑顔で話していました。



歩いて学んで味わう
格別の一杯

2/14(水)

観光ボランティアガイドの案内による「酒蔵めぐり」が行われ、29人が参加しました。生駒ふるさとミュージアムや山崎浄水場を訪れた後は、最終目的地の上田酒造へ。参加者たちはお酒の入った大きなタンクなどの見学を楽しみ、日本酒の試飲に舌鼓を打っていました。



手を伸ばして
福豆をキャッチ

2/3(金)

往馬大社で「生駒戎祭り」と「節分厄除祭」が開催されました。にぎわいを見せていたのは本殿で行われた豆まき。多くの人が豆に向かって手を伸ばすなか、親子で訪れた参拝者の一人は「今年はたくさん取れたので、持ち帰って家族で食べます」と笑顔で話しました。



FAMILY

住んで幸せ いこま心地

あらゆる世代が住みやすいまち

福西さんファミリー

結婚を機に夫と生駒へ引っ越してきました。知合いが少なかったので、地域の集会所で行われていた子育てサークルに参加。クリスマスパーティなどのイベントを楽しんだり、子育ての相談をしたりするうちに子どもも私も自然と友達が増えました。

生活してみて、交通アクセスの良さや公園の多さなど住みやすさを実感。私たちの勧めで転入した夫の両親も、病院も近く買い物にも行きやすいことが気に入っています。あらゆる世代が住みやすいまちですね。

福西さんのおすすめSPOT

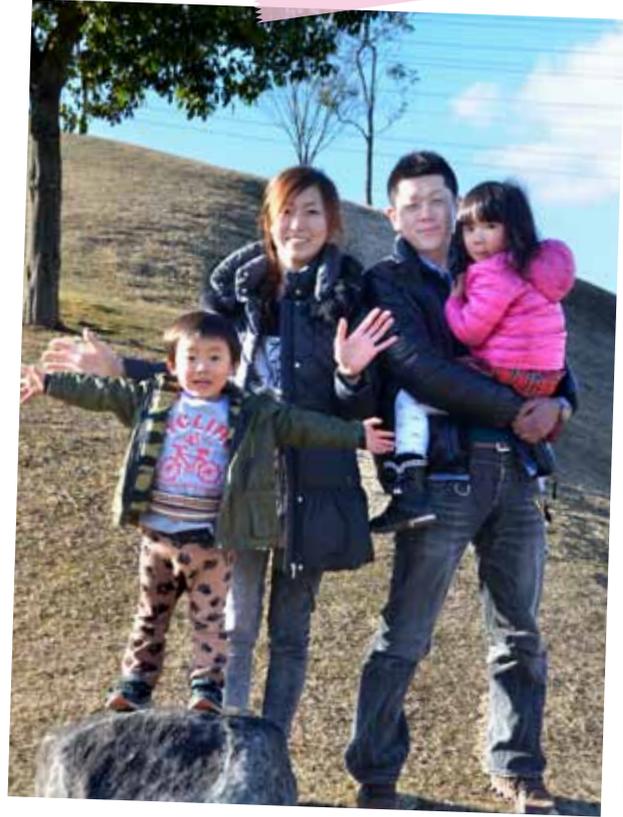


イモ山公園

どんぐり拾いをしたり、アメンボを見つけたり、自然がいっぱい。子どもたちは遊具がお気に入りです。

家族構成

ゆうせい 優誠くん、みずほ 瑞穂さん、だいすけ 大輔さん、みやび 美弥妃ちゃん



くろんど池と緑豊かな自然に囲まれたレストラン

生駒市北部のくろんど池のほとりにたたずむレストラン。旅館を併設し、ハイキング客の利用が多い。

おすすめは、うなぎやえび、鶏肉などたくさんの具材が入った鍋焼きうどん。ふたを開けると熱々の湯気が立ち上り、心も体もぽかぽかになる一品だ。定番商品のおでんは、大根が一番人気。いっしょに煮込んだ牛すじのうま味がだしにしみ込み、味に深みを出している。レストランで注文した料理は屋外のテーブルでも食べられるので、四季折々のくろんど池の風景とともに味わってみては。



和風レストランくろんど荘



☎0743-78-5151
📍高山町5035
🕒10:00~17:00
🗓️水曜日、年末年始
📅15台(土曜・日曜日は要予約)



GOURMET

今月の美食



◀ 従業員の皆さんのおすすめは…

「鍋焼きうどん」800円(税込)

「おでん」各種100円

(税込。牛すじだけ150円)

マイボトルに生駒のおいしい水道水を給水できます(10:00~17:00)。

いこまのうまいもん

DELICIOUS



かわいれ大根ご飯・青葉餅・柿なます

道端で摘んだよもぎを団子に混ぜて作る「よもぎ団子」。春菊を代用することもでき、あんやきなこを付けて食べます。大根と人参を酢で合わせた「なます」に、正月のお飾りなどで残り、硬くなった干し柿を加えた「柿なます」。酢の物に干し柿の甘さが加わり食べやすい一品です。春らしい食材・かわいれ大根を混ぜたご飯と召し上がれ。

未来に残したい生駒で食べられている料理を生駒市健康づくり推進員連絡協議会の皆さんが紹介します。

材料

- 青葉餅 (20個)
 - 白玉粉…100g
 - 牛乳…50cc
 - 春菊…100g
 - 小豆あん缶詰…100g
- 柿なます (4・5人分)
 - 大根…200g
 - 人参…80g
 - 干し柿…1個
 - 酢・砂糖…大さじ1/2
 - 醤油…小さじ1/2
 - いりごま…大さじ3

つくり方

■ 青葉餅

- ① 春菊をさっとゆで、水に入れ絞って包丁で細かく刻む。
- ② 白玉粉をボールに入れ、①とよく混ぜる。牛乳を足し、耳たぶくらいの柔らかさに練って一口大の団子に丸める。
- ③ 熱湯に団子を入れてゆで、浮き上がってきたら水にとって冷やす。水切りをして器に入れ、あんをかければ完成。

■ 柿なます

- ① 干し柿を平らになるように置き、横に2枚に切った後、さらに細く切る。
- ② 大根と人参は3cmの長さの千切りにし、薄く塩でもみ、しばらく置いておく。その後、水分を絞る。
- ③ 酢と砂糖、いりごまをボールに入れて混ぜる。
- ④ ③に①の柿と②の大根と人参を和えて、完成。

もったいない食器市

3R



とき	ところ
4月6日(木) 13:00~15:00	南コミュニティセンターせせらぎ
4月10日(月) 10:00~13:00	ディアーズコープいこま
4月20日(木) 13:00~15:00	北コミュニティセンターISTAはばたき

- ❖ 食器を無料で持ち帰ることができます。持ち込みは両センターは開館日の9:00~17:00(ディアーズコープいこまは10:00~12:30)。
- ❖ 無人回収用コンテナに包装物などを取り、食器だけにして陶磁器製・ガラス製に分別してください。それ以外の食器や、灰皿、花瓶、土鍋は持ち込めません。

環境保全課(内線354)

4月の子育て相談

BABY&KIDS



相談名	対象	とき	内容	費用
10か月児すくすく子育て相談	平成28年6月に生まれた乳児	24日(月)	身体測定、育児・栄養相談、手遊びの紹介	無料
2歳6か月児歯の相談・子育て相談	平成26年10・11月に生まれた幼児	18日(火)	身体測定、歯科・育児・栄養相談	
3歳児歯科健康診査・子育て相談	平成26年4月に生まれた幼児	27日(木)	歯科診察、歯科・育児・栄養相談	

- ★ セラビーいこまで行います。
- ★ 受付時間は9:30~10:30で、申込不要です。
- ★ 母子健康手帳を持参してください(10か月児すくすく子育て相談には、バスタオルも持参してください)。
- ★ 2歳6か月児歯の相談・子育て相談は、平成29年度から偶数月に開催します。



圏健康課(☎75-2255)

田島 隆 さん



**タンバリンのイメージを覆し
今までと違う楽しさや魅力を伝える**

叩 いたり振ったりすると音が出て、誰でも演奏できる「タンバリン」。そんな親しみやすくシンブルな楽器を使って、全国各地やドイツで演奏活動を行う、国内唯一のタンバリン奏者だ。

「タンバリンは子どもからお年寄りまでみんなが知っている有名な楽器ですが、打楽器奏者

にさえ、成り立ちや演奏方法などはあまり知られていない楽器なんです」

世界最古の打楽器といわれ、宗教的な儀式や踊りなどで用いられてきたタンバリン。大きさや素材、形は地域によってさまざま、コンサートでは各地のタンバリンを使って世界中の音楽を奏でる。

タ ンバリン奏者になろうと決めたのは40歳のとき。

以前から音楽制作やギター演奏など音楽に関わってきたが、タンバリンとは無縁だった。

転機はアメリカ人ギタリストの演奏動画を見たこと。電気ドリルの先につけたピックで奏でる、奇想天外な演奏だった。

「くるくる回る電気ドリルの動きを手でまねて、偶然家にあったタンバリンを叩くと、予想外の音とリズムが奏でられて衝撃を受けました。友人の打楽器

奏者にも『そんな演奏方法は見ることがない』と言われ、極めようと思ったんです」

持 ち方やリズムなどを独学で学び、タンバリン奏者として活動を開始。当初は

「学校やカラオケにある楽器」とのイメージが強く、コンサートや教室には人が集まらず、いっしょに演奏する奏者も見つからなかった。

今までのイメージを覆したいとの思いでタンバリンに改良を加え、ドラムセットのような音や音階が奏でられるオリジナルの「タジバリン」を制作。この演奏がきっかけで、世界的な音楽祭「タンブリ・ムンデイ」から招待され、活動の幅が広がった。

「タンバリンは発想次第で無限に音を作り出せ、心を豊かにしてくれます。たいせつにしているのは、参加者といっしょに奏で、今までと違う楽しさや魅力を伝えること。タンバリンを通して『違う角度から物事を見ることで、こんなこともできるんだ』と気づいてもらえればうれしいですね」

たじま たかし

世界各国のタンバリンやフレムドラムを演奏する。全国各地でのコンサートや演奏体験ができるワークショップ、大阪・京都・神戸などで教室を開く。タンバリンの歴史などを分かりやすく解説し「タンバリン博士」との異名を持つ。本市在住



↑公演スケジュールなどの詳細はこちらから



HISTORY 生駒歴史街道

奈良時代の高僧・行基の墓は、有里町の竹林寺境内にあります。鎌倉時代文暦2(1235)年、八角形の石筒に入った二重の銀筒が同寺で出土し、その中から銀製の骨蔵器を発見。銀筒には、行基の出自・経歴の他、死去・葬送の時と場所などが記されていたようですが、ばらばらになり行方が分からなくなりました。後に有里町の旧家で見つかった21字が刻まれた断片は、「行基墓誌残欠」として奈良国立博物館で保有され、現在では国の重要美術品に指定されています。

※3月中旬から生駒ふるさとミュージアムで複製品を展示

ぎょうき ぼし ざんけつ 行基墓誌残欠



奈良国立博物館提供
生駒市デジタルミュージアム出典

生駒ふるさとミュージアム
(☎71-7751)



いこまるちゃん

編集後記

特集で自主防災会の皆さんを取材。地域を自分たちで守るという思いで地道に活動している姿は、責任感と熱意に満ちていました。いつどこで起こるか分からない地震。この特集が、地震への備えや地域とのつながりを考えるきっかけになればうれしいです。(大石)

連載コーナー「いこまのうまいもん」が今号で終了です。生駒ならではの食事は、暮らしの知恵や時代背景などが積み重なり、築き上げられてきたと知りました。ご協力いただいた生駒市健康づくり推進員連絡協議会の皆さま、ありがとうございます。(村田)

「あこがれ「いこまびと」」講演会を取材しました。ロンドンオリンピックアーチェリー銀メダリストの古川高晴さんは「好きこそもの上手なれ」がモットー。「アーチェリーを始めた頃の楽しさは今も変わっていません」と話していたことが印象的でした。(三原)

待ち遠しくてたまらなかった雪あそびの取材。開始と同時に雪山に駆け上がっていく子どもたちを見て、私も負けじと雪の中へ入って撮影しました。普段なかなかお目にかかれない雪景色にわくわくが止まりませんでした。滑って転んだこともいい思い出です。(伊田)

……広報いこまの意見・感想は……
はがき・メール・ファクスで広報広聴課



- ① ☎630-0288 東新町8-38
 - ② ✉kouhouka@city.ikoma.lg.jp
 - ③ ☎74-1105
- ※市ホームページでも回答できます。

消費生活 暮らしのQ&A LIFE

還付金詐欺！ ATMの操作でお金は戻りません

Q 市役所の保険課を名乗る人から「健康保険料をもらい過ぎているので3万2,000円を払い戻します。口座に振り込むので、キャッシュカードを持って近くのATMへ行き、着いたらこの番号に電話をしてください。受け取り方法を案内します」と電話があった。本当だろうか。(70歳代、男性)

A これは還付金詐欺の手口です。その方法は、①市役所や年金事務所の職員をかたり、保険料や医療費の還付金があると電話をかける②キャッシュカードと携帯電話を持たせ近くの無人のATMコーナーに行かせる③ATMコーナーに着いたら、指定の番号に電話をかけさせる④「金を振り込む」と言ってATMの操作手順を指示し、犯人の口座に金を振り込ませる。

市役所や公的機関の職員が、還付金があると言って電話をかけることは絶対にありません。生駒署で把握している還付金詐欺事件は、昨年1年間で6件。被害額は少ないものでも90万円前後、多いものでは150万円でした。

消費生活センターへは、還付金詐欺だけでなく、訪問販売や訪問買取に関する相談も数多く寄せられています。広報いこまち4月15日号に、訪問販売お断りステッカーを挟み込みますので、各家庭で活用してください。



消費生活や多重債務の相談は、できるだけ早く
消費生活センター(☎73-0550)へ
月～金曜日の9:00～16:30(祝日は除く)

消費生活センターの巡回相談会を実施中

消費生活の情報提供やトラブルの解決を消費生活相談員がお手伝いします。

- ▶ 第1火曜日…図書会館
 - ▶ 第2火曜日…北コミュニティセンターISTAはばたき
 - ▶ 第3火曜日…南コミュニティセンターせせらぎ
- いずれも時間は10:00～16:00(祝日は除く)で、申込不要です。