

# いこまち



地域を盛り上げる新電力会社

いこま市民パワー



特集

# 毎月第1・第3土曜日は 体育館無料開放

充実の設備で体を動かそう

- ▶**対象** 中学生まで(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(用具貸出あり)。
- ▶**必要品** 体育館シューズ(むかいやま公園以外)
- ▶**注意**
  - ◇イベントで、とき・ところや内容などが変更になったり、体育館の一部が使えなかったりする場合があります。
  - ◇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。ただし団体などによる占用利用は不可。グラウンドでは用具貸出はありません)。
  - ◇2020年1・2月の無料開放はありません。
- ▶**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6日	生駒市体育協会 総合S.C. (以下、総合)	4月20日	北大和
5月4日	HOS生駒北 スポーツ センター (以下、生駒北)	5月18日	むかいやま公園
6月1日	総合	6月15日	北大和
7月6日	総合	7月20日	小平尾南
8月3日	むかいやま公園	8月17日	生駒市体育協会 滝寺S.C. (以下、滝寺)
9月7日	小平尾南	9月21日	むかいやま公園
10月5日	滝寺	10月19日	総合
11月2日	井出山	11月16日	北大和
12月7日	むかいやま公園	12月21日	総合
2020年 3月7日	生駒北	3月21日	滝寺

# 中でも 外でも 生駒で体を動かそう

## 第7回 いこマイ ウォーキング倶楽部

コツコツ歩いて目指せ、健康

歩数を記録表に記録し健康づくりにつなげる、第7回「いこマイウォーキング倶楽部」を実施します。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健康な生活を手に入れましょう。

参考:日常生活における目標歩数  
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)

- ▶**対象** 市内に住む20歳以上
- ▶**申込期間** 4月4日(木)~12月27日(金)
- ▶**記念品** ウォーキング記録表(累計歩数100万歩以上)を提出すると達成記念品(本市指定ゴミ袋30ℓ10枚、15ℓ20枚、7ℓ40枚のいずれか一つ)を進呈します(費用無料。参加は年1回)。  
——提出期限は2020年3月31日(火)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。



### ■目標達成までの流れ

- ①参加申込後に、記録表・達成者申請書を受け取る
- ②期間中にウォーキングに取り組む
- ③記録表・達成者申請書(100万歩以上)を提出する



- ▶**申込方法・問合せ** 住所、氏名、生年月日、電話番号を明らかにして市ホームページの申込フォームか、はがき、電話、直接、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6回で達成の申請をした人には、第7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



## 人口

人口総数	前月比
120,056	- 17
世帯数	前月比
50,146	+ 8
男	前月比
57,099	- 4
女	前月比
62,957	- 13

平成31年3月1日現在、外国人を含む。  
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31年2月末日現在)

火災	救急	救助
2 (0)	879 (+24)	6 (-5)

◇数字は平成31年1月からの累計で、( )内は前年同期の増減数です。

忘れてない？サイフにスマホに火の確認



## 交通事故

(平成31年2月末日現在)

発生数	人身事故		物損事故
	死者		
368 (-92)	27 (-15)	1 (+1)	341 (-77)

◇数字は平成31年1月からの累計(概数)で、( )内は前年同期の増減数です。



## 表紙のこぼれ



あすか野小学校から下校する庄司流我さんと、大野航さん。いこま市民パワー(株)の事業収益を活用して同校に導入した登下校見守りサービスは子どもたちの安全を守る心強い味方です。

なくそう差別

みんなの力で明るい生駒市  
毎月11日は「人権を確かめあう日」

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

中でも外でも生駒で体を動かそう

p.4

特集1

地域を盛り上げる新電力会社 いこま市民パワー

p.8

特集2

SOSを見逃さないでー自殺と向き合うー

p.12

PICK UP1

大阪府北部地震から考える 防災対策や災害時の行動

p.14

PICK UP2

奈良県知事・県議会議員選挙

p.16

PICK UP3

「<sup>ひとごと</sup>他人事」ではすまされない身近に考える「認知症」

p.17

お知らせ

広報いこま「いこまち」発行予定表 p.21

ジェネリック医薬品に切り替えませんか p.23

生水だより p.26

p.27

まちのアルバム

p.28

いこまの教育、今月の美食

p.29

防災知恵ぶくろ、4月の3歳児歯科健診・子育て相談、もったいない食器市

p.30

街人探訪

p.31

生駒むかしばなし、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。詳しくは障がい福祉課(内線794)へ

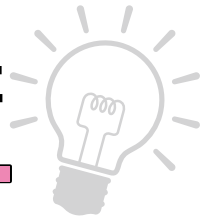


ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づいた見やすいデザインの文字を採用しています。



3月15日号の印刷経費は1冊約30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っています。





# 地域を盛り上げる新電力会社 いこま市民パワー

特集1

本市や大阪ガス(株)、(株)南都銀行などが共同出資する地域新電力会社「いこま市民パワー(株)」。同社は地域を活性化するための事業に取り組んでいます。今回は、事業収益を地域に還元する「コミュニティサービス」と、エネルギーの地産地消に関する取組を紹介します。

☎環境モデル都市推進課(☎0743-74-1111、内線375)

収益で子どもたちの安全を守る

登下校見守りサービスが1月から全ての小学校でスタートしました。専用のICタグを持った子どもが小学校の校門を通過すると、通過した時刻が利用者のメールアドレスに送られます。全国で登



いこま市民パワー(株)の事業収益を活用した登下校見守りサービス。子どもたちが安心して通学できる環境作りに一役買っています。



登下校見守りサービスに使われるICタグ。6cm×4cmと手のひらサイズです。

下校時の児童が狙われる事件や事故が相次ぐ中、「無事に登校できた」と分かるので安心、「下校時間を知れて帰宅時間が予測できて便利」と好評です。

現在、市内の小学生の3人に1人に当たる約2100人が利用するこのサービス。4月に入学する新1年生は1学期（4〜7月）の間は無料で利用できます。これは、地域新電力会社いこま市民パワー(株)が月額使用料などを保護者の代わりに支払っているため。同社は、事業収益を地域に還元する「コミュニティサービス」の一環として、子どもの安全の確保に努めています。

市内の公共施設や民間企業などに電力を供給し、事業収益を得ている、いこま市民パワー(株)。収益は出資者や株主には配当せず、市民の皆さんの生活利便性の向上や市の活性化を図るため、コミュニティサービスに活用しています。

## 登 ーいこま市民パワーの事業利益を活用ー 下校見守りサービスの仕組み

### 専用のICタグを持った子どもが登下校



トリガーコイル

小学校の校門付近に計測システム「トリガーコイル」を設置。専用のICタグがコイルに近づくと自動で検知されます。

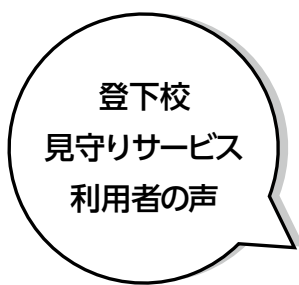


校門を通過すると  
瞬時にメールを自動配信

### 保護者などにメールが届く



ICタグを持った子どもが校門を通過すると保護者など利用者の登録先にメールを配信。子どもの登下校の時間を知らせます。



### 毎日の心配を安心に変えるお守りアイテム

自宅から学校まで徒歩で30分かかるので、子どもの登下校には心配がつきものです。「登校しました」と携帯電話にメールが来るとホッとします。ICチップは名刺サイズなので、ランドセルのポケットに入れっぱなしでオケー。子どもはタグを持っていることを忘れるほどですよ。



生駒南小学校に通う木村綾瀬さんと、保護者の木村かのおさん

### Pick Up News

## NTTドコモ関西支社と連携協定を締結 ICTを活用した市民サービスを展開していきます

本市と地域新電力会社「いこま市民パワー(株)」(株)



(左から)いこま市民パワー(株)取締役の楠さん、小紫市長、NTTドコモ関西支社長の高原さん

NTTドコモ関西支社は、「『環境モデル都市』推進に関する連携協定」を昨年締結しました。本協定は低炭素社会の実現を掲げた「環境モデル都市アクション

プラン」に基づき「環境に優しいまち」「住みやすいまち」を目指して、3者が締結したものです。

地域新電力会社がICT(情報通信技術)の活用に関して(株)NTTドコモ関西支社と連携するのは全国で初めての事例。小学生の登下校見守りサービスは、この協定に基づき開始しました。今後もICTを活用したコミュニティサービスをさらに推進していきます。



市内83施設に電力を供給中

いこま市民パワー(株)は、本市が51%出資する他、大阪ガス(株)と(株)南都銀行、生駒商工会議所が参加しています。さらに太陽光発電設備を所有する市民団体(一社)市民エネルギー生駒も資本に参加。市民団体が地域新電力の出資に参加することは全国で初めての取組で、他の自治体から視察や講演会の依頼が相次ぐなど、市外からも注目されています。

いこま市民パワー(株)が供給する電力は、市内にある太陽光発電や小水力発電による再生可能エネルギーを調達しています。4月からは、市内で剪定した庭木の木端など捨てられる木材を燃やして発電する「木質バイオマス発電」からも調達します。

これにより、同社の供給電力に占める再生可能エネルギーの割合が約4倍に増加。将来的には、清掃センターの更新に合わせて新設する発電設備からの電力調達も予定しています。

現在、市内83か所に電力を供給しています。市内の小中学校や図書館などの公共施設の他、(株)南都銀行生駒支店といった民間施設にも売電中。今後は市内の一

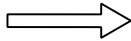
いこま市民パワー(株)の概要



市内の発電施設

市内で発電する太陽光発電や小水力発電などから電力を買電

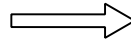
電力を購入  
(買電)



いこま市民パワー(株)

公共施設や民間企業  
83か所に電力を供給  
(一般家庭にも供給予定)

電力を供給  
(売電)



市民の皆さん

登下校見守りサービス  
などのコミュニティサービスとして利益を還元

自治体が出資する地域新電力会社が全国で拡大中



ローカルエナジー(株)  
(鳥取県米子市)

中国地方最大級の太陽光発電施設や米子市の廃棄物処理場にあるゴミを使った「廃棄物発電」、温泉の熱を利用した地熱発電などを活用。地域で電力を生産・消費する「電力の地産地消」を進めています。米子市や地元企業など6社が出資し2015年に設立。



(一財)泉佐野電力  
(大阪府泉佐野市)

災害時に、電力を地域でまかなえるように、泉佐野市が出資して2015年に設立。近隣地域から再生可能エネルギーを買電し、市内の公共施設へ供給しています。環境に考慮した発電を重視しながら、将来的に近隣地域へ供給することを目指しています。



みやまスマートエネルギー(株)  
(福岡県みやま市)

水道料金と一しよの支払いによる電気料金の割引や利用電力の見える化など市民生活を支援するサービスを電力とセットで提供。暮らしやすく魅力に満ちたまちづくりを目的に、自治体が出資し低圧(一般家庭向け)電力売買を始めた全国初の電力会社です。

## 木質バイオマス発電って？



市内などで行われた剪定作業や建設工事で発生する木材廃棄物を集めて燃料にする発電方式「木質バイオマス発電」。この発電施設を関連会社に持つ「(株)グリーンパワー大東」(大阪府大東市)から新たに電力を調達します。廃棄される木材をチップにし、発電の燃料として再利用するので、化石燃料などを使わずに発電。環境への配慮だけでなく、地域の再生可能資源を使った地産地消にも貢献しています。

一般家庭への供給を目指しながら、環境に考慮した環境モデル都市としての取組を進めていきます。

**電力の地産地消で地域を活性**

本市にある住宅は約4万7000戸。それらが支払う電力は総額約51億円です。その電気代のほぼ全てが市外に流出しています。

例えば、大手電力会社から電力を購入した場合、その会社の本社がある大阪市などの都市に法人市民税を納税。その費用は、電力会社が石油や天然ガスなどエネルギーを買う費用に充てられ、最終的には輸入先である海外で消費されてしまいます。

一方、いこま市民パワー(株)から電力を購入した場合、資金の一部

が市内に留まります。同社で働く社員の雇用が生まれ、市に納める法人市民税などが増加。事業収益は、コミュニティサービスとして地域に還元され、市外に流出していたお金が市内で循環します。その付加価値は6年間で約1.8億円との試算もあるほどです。

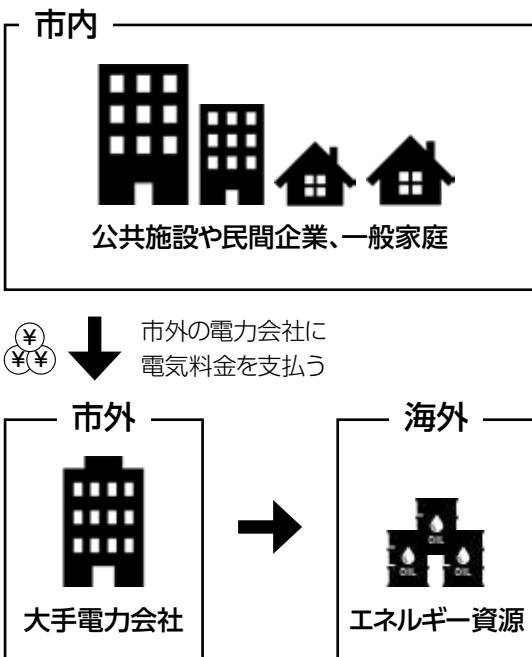
自治体が出資する新電力会社は全国に約30社あります。その数は年々増えており、今後も電気の地産地消はさらに拡大されていくでしょう。いこま市民パワー(株)では、一般家庭など電力の供給先を増やし、事業を拡大する予定です。収益を伸ばし、市民の皆さんに提供できるコミュニティサービスの幅を広げて、さらに地域を活性化していきます。



## 購入先で変わる電気代の流れ



### 一般的な電力会社から購入



### いこま市民パワー(株)から購入



市外や海外に  
 電気代が流出



市内に電気代が  
 留まり経済効果あり

## 自ら死を選ぶ人が後を絶たない

「1か月に一人以上」。これは、生駒市で自殺した人の数です。平成29年は20～80歳代の17人が自ら命を絶ちました。全国的には自殺者数が毎年減少傾向の中、本市は横ばい傾向にあり油断できません。

過去5年間に於ける本市の自殺者76人を国が分析した結果、本市は「高齢者」「無職者」「勤務・経営」の要素を持つ人への対策を進めることを国から推奨されています。また、自殺に至る背景には、失業による生活苦や過労などの仕事に関する悩みと、介護の悩み・疲れが多いことが分かりました。

そこで、本市では「生駒市自殺対策計画」を策定し、市民の皆さんが社会と接点を持てる環境づくりや各種相談窓口の啓発などを推進していきます。また、自殺者の傾向を考慮し、高齢者や、無職・失業による生活困窮に悩む人への支援を強化。誰も自殺に追い込まれることのない生駒市を目指します。

## 誰もが抱える自殺のリスク

自殺はどんなことが引き金になるのでしょうか。介護による疲労や家庭内の不和、いじめや職場の人間関係による悩みなど、人それぞれ異なる

# SOSを見逃さないで

## 特集2

## — 自殺と向き合う —

春は就職や進学など環境が大きく変化する時期。特に将来への不安などに追い込まれ、自殺する人が多くなる3月は自殺対策強化月間に指定されるほどです。身近に思い悩んでいる人はいませんか。たいせつな人が自分で命を絶たないために、できることを考えます。

圏健康課(☎0743-75-2255)

## 生駒市の自殺の特徴

平成24～28年に自殺した本市在住者の分析結果から、多くみられた特徴を紹介します。年代や性別などが異なる人がどんな悩みに直面し、自殺に至る傾向があったのでしょうか。



60歳以上  
男性  
無職  
同居人あり

失業(退職)



生活苦



介護の悩み(疲れ)



身体疾患



40～59歳  
女性  
無職  
同居人あり

近隣関係の悩み



家族間の不和



うつ病



自殺



20～39歳  
男性  
無職  
同居人あり

就職失敗

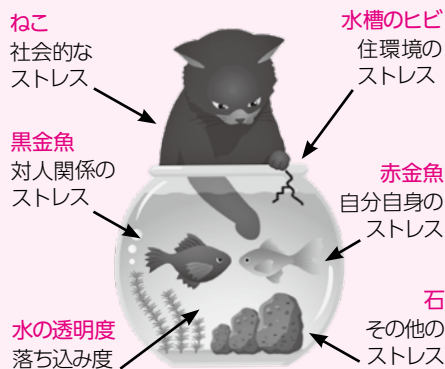


将来悲観





## こころの健康を チェックしませんか？



イラストで  
ストレス度が分かる

「なんだか疲れたな」「最近調子が悪い」と感じたら、あなたの「こころの体温」を測ってみませんか。こころの体温計はパソコンや携帯電話で、いつでもどこでも気軽にストレスや落ち込み度をチェックできる無料のシステムです。3月は学校の新学期や就職などを控え、心の状態が揺らぎやすい時期。子どもや友人の様子が気になる人はぜひ活用してください。本市ホームページの「健康・医療」から右のQRコードから利用できます。

——性別や年代などの質問がありますが、氏名や住所などの個人情報は一切取得しません。通信料は自己負担です。



▲チェックはこちら

る複数の要因が複雑に絡み合い、自ら死を選ぶといわれています。自殺者の多くが複数の要因により、うつ状態に陥っていたといわれているほど、うつと自殺には深い関連性があります。うつ状態になると、「自分は社会に適合できていない」と心が沈んでしまい、コミュニケーションから離脱。また、悩みを一人で抱え込み、「自分は何もできない」と強く自分を責めるようになります。さらに「生きていても仕方ない」「誰にも必要とされていない」と考え、

生きる意味を見出せなくなり自殺を考えるように。自分で命を絶つことが唯一の解決方法だと思いつき、実行に移してしまいます。もう一つ危険な要因は「アルコール」。不眠を紛らわせるためなど、理由をつけてアルコールに依存し、飲酒量を調整できなくなると要注意です。ひどく酒に酔うと、判断力が鈍り、衝動性が上昇。その結果、自分を傷つけることへの抵抗感や自殺する恐怖感が減少することで衝動的に自殺する危険性が高まります。

## 若者が防ぐ若者の自殺

## 20代の声

20歳代で亡くなる人の2人に1人が自殺者です。この現状を受け止め、解決しようと活動する帝塚山大学の自殺予防サークル「ぷりべんしょん」に話を聞きました。

### ■死にたいときに頼れる人がいた

「死にたい、社会から消えたいと考えたことがありました」と話す帝塚山大学4回生の西川<sup>あやの</sup>乃乃さん。中学・高校に在学中、教室に行けなくなった時がありました。原因はクラスの間関係。ストレスで体調不良が続き、保健室に頻繁に通うようになり、様子を変に感じた先生が話を聴いてくれるようになりました。

「クラスになじめない私は他の子よりも劣っていると感じていました。そんな私の悩みや愚痴をずっとそばで聴いてくれた保健室の先生には、何でも話せました」

大学受験に失敗し、さらに追い込まれました。「生きる目標を失った」「もうどうでもいい」とつらい思いを独りで抱え込み、自殺を意識。そんな時、頭の中を先生がよぎりました。

『「とりあえず先生と話がしたい」と会いに行きました。話すうちに、不思議と気持ちが落ち着いたので』

支えになってくれた先生のように、自分の価値や存在に悩む子どもを助ける仕事に就きたいと思った西川さん。自殺の

ことやカウンセリングについて勉強したいと同大学で活動する自殺予防サークル「ぷりべんしょん」に参加しました。



ぷりべんしょん代表の大久保貴弘さん(右)と副代表の西川<sup>あやの</sup>乃乃さん(左)

### ■自殺から目を背けないでほしい

18～22歳の大学生20人ほどが、同世代の若者に自殺を知ってもらい、考えるきっかけになることを目指して活動するサークル、ぷりべんしょん。イベントや研修を通して自殺予防の啓発を続けています。

「私たちの世代は悩みを他人に話すことが苦手かもしれません。『友人との関係が崩れたらどうしよう』と考えるんです」と話す同サークル代表の大久保貴弘さん。20歳代の死因1位が自殺ということに衝撃を受けました。

「自殺は敬遠されるテーマです。しかし、私たちの活動を知った同世代の人が自殺に関心を持ち、身近だと気づききっかけになりたいです」

# 「どないしたん」が命を救う

自殺する人が後を絶たない中、たいせつな人を失わないためにはどうすればよいのでしょうか。自殺予防について精通する帝塚山大学教授の神澤創さんに話を聞きました。

## 死にたくて死ぬ人はいない

「自分から死を選ぶなんて私にはありえない」と思っていますか。自殺する人は、死にたくて死んでいるわけではありません。

自ら命を絶つ直前は、真つ暗闇に独りポツンといるような心理状態。辛いことや嫌なことに悩み、苦しい状態が続くと「早く抜け出したい」と思うようになります。ですが、そのまま誰の助けもなく独りで落ち込んでいくと「死んでしまつて全部やめたら楽になる」と考えるように。まるで暗いトンネルの先に出口が見えたように勘違いし、衝動的に自殺してしまう人も少なくありません。

## たいせつな人の変化に気づく

自殺を考えるほどの悩みを抱えている人は、周りの人に相談したり、援助を求める気力を失ったりしているかもしれません。「相談してもどうにもならない」と思い込んでいる人

もいることでしょう。

しかし、周りが気付けば止められる自殺はたくさんあります。特別な技術は必要ありません。「どないしたん」と声を掛けてみてください。

「元気がない」「食欲がない」など、いつもと様子が違うのは、自殺のリスクが高まっているサインかもしれません。「親が亡くなった」「仕事を失った」など環境の変化も危険です。そんな時は、「おせっかいかな」と思うかもしれませんが、気にかけていることが伝われば、自殺を踏みとどまらせる大きな力につながります。

## 苦しみに気づき、寄り添う

悩みを聴いても、すぐに解決しようとしなくていいんです。根拠のない励ましは逆に相手を傷つける場合もあります。待つことも大事。相手のペースに合わせて、話を聴くだけでその人の心は救われます。

いつも誰かが寄り添ってくれてい



### 神澤 創

かみざわ つくる ● 帝塚山大学大学院心理学科研究科教授。本市教育委員や奈良県臨床心理士会理事を務める。自殺予防を始め幸福感や生活の質の向上のための実践的方法を研究している。本市在住。

るといふ安心感は「どないしたん」の声掛けから生まれます。その安心感が自殺を思いとどまらせるストッパー。間違いでもいいので、声を掛けてみてください。

## 「死にたい」「消えたい」と言われたら TALKの原則で心に寄り添う

神澤先生おすすめの対話法

### Tell

言葉に出して心配していることを伝える

最近元気がないけどどうしたの？

### Ask

「死にたい」という気持ちについて率直に尋ねる

死にたい気持ちになる  
死にたいほどつらいんだね

相手の思いを繰り返す

### Listen

絶望的な気持ちを傾聴する

毎日涙が止まらないの

相づちを打つ  
うんうん

### Keep safe

安全を確保する

専門機関につなげる  
相談機関に電話してみたら？





## 直接相談

### はーとほっとルーム

本市が実施する相談窓口。臨床心理士に直接相談できます(要事前予約)。

- ▶**相談日時・ところ** 毎週火曜日(祝日を除く)、11:00~12:00、13:00~14:00、14:00~15:00、セラビーいこま
- ▶**予約方法・問合せ** 電話で、はーとほっとルーム(☎0743-75-5533、毎週火曜日(祝日を除く)の10:00~11:00、15:00~16:00)

### ユースネットいこま

本市が実施する相談窓口。キャリアコンサルタントなどの資格を持つ相談員に直接相談できます。主にひきこもりや不登校、就職の悩みを受付(要事前予約)。

- ▶**相談日時・ところ** 毎週火曜・木曜~日曜日(祝日を除く)、9:00~17:00、教育支援施設2階
- ▶**予約方法・問合せ** ユースネットいこまホームページの問合せフォームか電話でユースネットいこま(☎0743-74-7100、毎週火曜、木曜~日曜日(祝日を除く)、9:00~17:00)



▲フォームはこちら



## メール・SNSで相談

### 生きづらびっと

(一社)社会的包摂サポートセンターが実施するコミュニケーションアプリLINEを使った相談窓口。「生きづらびっと」のアカウントを友だちに登録後、LINEのメッセージで相談できます。相談日など詳しくは下記QRコードから確認してください。

- ▶**相談時間** 17:00~22:30(受付は22:00まで)

——厚生労働省が推進する相談窓口です。他にもTwitterなどのSNSを使った相談窓口を開設。詳しくは同省のホームページをご覧ください。



▲ホームページはこちら

### いのちの電話

#### インターネット相談

メールを使った相談窓口です。メールアドレスや性別、年代などを登録後、相談内容を入力し送信。後日、登録したメールアドレスに返信が届きます。

- ▶**相談日時** 年中無休、24時間



▲利用はこちら



## 電話で相談

### 奈良いのちの電話

専門的な知識と研修を積んだボランティアに電話で相談できます。

- ▶**相談日時** 年中無休、24時間
- ▶**電話番号** 0742-35-1000

### フリーダイヤル いのちの電話

全国的に実施する相談窓口。専門的な知識と研修を積んだボランティアに通話料無料で相談できます。

- ▶**相談日時** 毎月10日8:00~11日8:00
- ▶**電話番号** 0120-783-556

### ならこころのホットライン

自死遺族・自殺予防のためのこころの相談窓口。奈良県が実施しています。

- ▶**相談日時** 平日9:00~16:00
- ▶**電話番号** 0744-46-5563

# 相談機関を知る

悩みを当事者やその周囲の人だけで抱え込まないでください。国や県、本市が実施する相談窓口では相談内容や個人情報などは守られ無料で利用できます。自分に合った相談方法を選び、気軽に相談してみてください。悩んでいる本人でなくても利用可能です。

### 自死遺族専用電話相談・集い

☎奈良いのちの電話協会(☎0742-35-0500)

#### ■自死遺族専用電話「よりそいの会あかり」

- ▶**とき** ①毎週火曜日、10:00~16:00②毎週木曜日(祝日を除く)、13:30~16:30
  - ▶**電話番号** ①0742-35-7200②0742-93-8397
- いずれも相談は無料です。

#### ■自死遺族の集い「よりそいの会あかり」

- ◇自死遺族のつどい
  - ▶**とき・ところ** 奇数月第4日曜日(祝日を除く)、14:00~16:30、奈良市保健所(はぐくみセンター1階)
  - ◇グリーンスペースなら
  - ▶**とき・ところ** 毎月第4木曜日(祝日を除く)、13:30~16:00、奈良市保健所(はぐくみセンター3階)
  - ◇グリーンスペースさくらい
  - ▶**とき・ところ** 奇数月第2月曜日(1月と祝日を除く)、13:30~16:00、奈良県精神保健福祉センター1階
- いずれも参加無料で申込不要です。



## 災害に備え、準備を始める

大阪府北部地震では、本市も震度4を観測しました。大きな被害はなかったものの、住宅の一部損壊や公共交通機関が一時運休。大きく揺れて、緊急地震速報が鳴り響き、不安に思った人も多いのではないだろうか。発生時、朝の通勤時間と重なり、たくさんの方が公共交通機関の一時運休の影響を受けました。

同じ時間帯により大きな地震に遭遇したとき、被害を最小限に抑えるためにも、準備できる対策や地震発生後に気を付けることを考えておきましょう。

### ■地震発生前に準備すること

- ◇勤務先や通勤途中に被災したときの危険を想定し、備えておく（ロッカーの固定や公共交通機関が運休したときに自宅まで徒歩で帰るルートを調べる）
- ◇遠方の親戚など、現状を伝える連絡先を決める（被災地以外の遠方への連絡はつながりやすい）

### ■地震発生後に注意すること

- ◇落下物などから身を守る
- ◇事前に決めた連絡先に自分の安否や今後の行動を伝え、家族に伝えてもらう

# 大阪府北部地震から考える 防災対策や災害時の行動

昨年、最大震度6弱の揺れが大阪府北部を襲った「大阪府北部地震」。大阪府では、ブロック塀の下敷きになるなどして6人が死亡、369人が負傷、2,375人が避難を余儀なくされました。地震は突然やってくるもの。いざというときに落ち着いて対応できるように、日ごろからできる防災対策や災害時の正しい行動を考えておきましょう。

圃防災安全課(☎0743-74-1111、内線255)



大阪府北部地震で落下して壊れた枚方市内の石でできた鳥居  
写真提供：地域情報サイト「枚方つーしん」を運営する株式会社morondo



## 被災者が語る

# 地震に戸惑い失った冷静さ

大阪府北部地震で震度6弱を観測した大阪府枚方市でも、大きな被害が出ました。枚方市役所の職員で同市に住む原田志保さんも被災者の一人です。災害時の話や職場である枚方市役所での被災体験を聞きました。

日常風景が一変して困惑

「ドン」と足元から大きな音が鳴り、その後下から突き上げるような大きな揺れが始まりました。地震当日は、自宅で朝ご飯の準備中。揺れを感じると立っていられず、必死でベッドに飛び込んだことを覚えています。

2分ほどで揺れは収まりました。すぐにスマートフォンで家族に連絡を試みましたが、電話が混み合い、全くつながりませんでした。

被害状況を調べると、交通機関は完全麻痺。災害時は市役所に行かないとだめだったので、徒歩で出勤しました。外に出ると、看板が外れて落ちていたり電車が線路上で止まったり、普段と全く違う光景を目の当たりにしました。駅では、足止めされた人でごった返して混乱状態でした。

市役所の渡り廊下に大きなヒビが入っているのを見て、改めて地震の怖さを感じました。エアコンが壊れ、机は水浸し。地震の影響で使えない階段やフロアがあり、庁内での移動に困りました。

ふと足元を見てみると、はいていた靴下が左右で違うことに気が付きました。落ちて着いて行動し



枚方市役所では壁が何か所もはがれ落ちました

ていたつもりでしたが、慌てていたんですね。

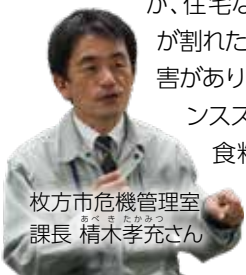
平常時にできる備えを行って

地震から9か月経ち、道路に落ちていた看板や割れたタイルなどが修理され、見慣れた景色に戻りました。私は今まで大きな地震を経験したことがなかったので、災害対策は飲料用水の用意だけでした。それだけではだめだと思い、保存食や簡易トイレなど、防災用品を買いそろえました。地震直後は、足元に散らばったガラスやタイルなどで歩きにくかったので動きやすいスニーカーを購入。自宅近くの避難先も調べるなど、いざというときのために、自分でできることをしています。

災害時は冷静な判断ができません。ちょっとした備えが自分の身を守ると思っています。

## 災害によって起こるさまざまな混乱に備えましょう

大阪府北部地震では、枚方市に死者は出ませんでした。住宅など約6,900件が被災。公共施設では窓が割れたり壁が一部崩落したりと約220件の被害がありました。地震直後は、市内のコンビニエンスストアなどから水やカップラーメンなど、食料品は瞬間に完売。普段から長期保存ができる食べ物や飲料用水は準備を怠らないほうがいと痛感しました。



枚方市危機管理室 課長 榎木孝充さん

地震直後は、公共交通機関が停止し、車で移動しようとする人で道路がいっぱいになりました。道は渋滞し、車の中で身動きが取れなくなった人も多数いたようです。

地震が起きると、まずは荷物などで頭を守るなど自分の身の安全を確保してください。市役所などの自治体が発信する情報を聞き、自宅の損傷の有無などを見て、家族で話し合った避難場所に向かうか、そのまま自宅で待機するかを判断してください。

# 4.7日は投票へ!

朝7時 ▶ 夜8時

## 奈良県知事・ 県議会議員選挙

任期満了に伴う奈良県知事選挙が3月21日(休)に、奈良県議会議員選挙が3月29日(金)にそれぞれ告示され、投・開票が4月7日(日)に行われます。あなたの一票で私たちの代表が決まります。棄権せず、自らの意思を投じましょう。  
生駒市選挙管理委員会事務局 (☎0743-74-1111、内線344)

その一票  
明るい奈良への道しるべ



### ▶ 投票できる人

次の全てに当てはまる人

- ①平成13年4月8日までに生まれた人
- ②平成30年12月28日までに生駒市へ転入届をし、引き続き3か月以上本市に住民登録をしている人

### ▶ 上記に当てはまらない人 選挙権を確認してください。

平成30年12月29日以降に生駒市へ転入届をした人	生駒市では投票できません。前住所地が奈良県内の市町村で、前住所地の選挙人名簿に登録されていれば、前住所地で投票できます。	投票には、市町村長が発行する「引き続き奈良県内に住所を有する証明書」(無料)の提示が投票所で奈良県内に住所を有することの確認を受けることが必要です(証明書は各市町村市民課などで発行)。
平成30年12月7日以降に奈良「県内」の他市町村へ転出した人	他の市町村の選挙人名簿に登録された人を除き、生駒市の選挙人名簿に登録されている人は生駒市で投票できます(名簿の確認は同事務局に問い合わせてください)。	
奈良「県外」へ転出した人	投票するまでに奈良県外へ転出した人は、投票できません。	

### ▶ 市内転居をした人 転居した人の投票所は下表のとおりです。郵送する投票所入場整理券で確認してください。

平成31年3月14日(休)までに転居届をした人	新住所地の投票所
平成31年3月15日(金)以降に転居届をした人	旧住所地の投票所

### ▶ 投票所 投票所入場整理券か市ホームページで確認してください。



## 投票日に仕事、旅行などで投票所へ行けない人は 期日前投票をしましょう

宣誓書に記入するだけで期日前に投票できます。入場整理券が届いていれば、記入のうえ持参してください。なお、投票日には選挙権を有することになる人が選挙権取得前に投票しようとする場合(投票日に18歳になる人など)は不在者投票になりますが、期日前投票所で手続きをしてください。

### 期日前投票のとき・ところ

	期間	とき	ところ
奈良県知事選挙	3月22日(金)～ 4月6日(土)	8:30～ 20:00 (土曜・日曜日も投票可)	生駒市役所 2階 201会議室
奈良県議会議員選挙	3月30日(土)～ 4月6日(土)		

◇奈良県知事選挙と奈良県議会議員選挙は、期日前投票の期間が異なります。3月30日(土)以降であれば、全ての投票を一度に行うことができます。

◇転入届を平成30年12月21日～12月28日に出した人の期日前投票は3月28日(木)からになりますので注意してください。



各世帯ごとに3月29日以降に青色の封書で発送します。入場整理券

## 投票所入場整理券

記入方法を間違えたり、他事を書いたりすると、無効票になる場合があります。投票の際は、投票用紙の色(県知事選はあざぎ色、県議会議員選挙はピンク色)に注意して、丁寧に記入してください。

## 無効票にしないために

「ない」と投票できない「もの」ではありませんので、なくしたり、郵便事情により届かなかつたりした場合は、有権者であれば決められた投票所で投票できます。当日、投票所で申し出てください。

## 不在者投票

次のような理由で投票所へ行けない人も投票ができます。期間は期日前投票と同じですが、あらかじめ投票用紙などの請求が必要なので、早めに手続きしてください。

◇指定病院や指定老人ホームなど

に入院・入所している人がその施設で投票する場合

——投票の手続きは指定病院・老人ホームなどで確認してください。

◇出張や出産などで生駒市外に滞在している人が、その滞在先の選挙管理委員会で投票する場合

——手続きに必要な「請求書兼宣誓書」は、告示日以前から本市選挙管理委員会事務局に請求できる他、市ホームページからダウンロードもできます(印刷して記入が必要)。ほとんどの手続きを郵送などで行うため日数を要します。早めに手続きしてください。

◇重度の身体障がい者の人などで「郵便等投票証明書」の交付を受けている人が在宅投票する場合

——投票用紙などの請求は「郵便等投票証明書」を添付し、4月3日(水)までに行ってください。事前に「郵便等投票証明書」の交付申請が必要なので注意が必要です。詳しくは問い合わせてください。

——投票用紙などの請求は「郵便等投票証明書」を添付し、4月3日(水)までに行ってください。事前に「郵便等投票証明書」の交付申請が必要なので注意が必要です。詳しくは問い合わせてください。

——投票用紙などの請求は「郵便等投票証明書」を添付し、4月3日(水)までに行ってください。事前に「郵便等投票証明書」の交付申請が必要なので注意が必要です。詳しくは問い合わせてください。

## 代理投票、点字投票

さまざまな事情で、字を書けない人は投票所で伝えてください。「代理投票」が可能です。選挙事務担当職員が代筆しますが、選挙の秘密は絶対

対に守られます。また、目の不自由な人は「点字投票」も可能です。

## 選挙公報の発行

選挙公報は、候補者の政見などを知るものです。4月1日(月)～5日(金)に各家庭に宅配します。また、市内の主要な施設にも4月1日(月)から置いています。

## 選挙運動用ポスター

公営のポスター掲示場が市内の277か所に設置されています。候補者はこれ以外の場所にポスターを掲示できません。破つたり、落書きしたりすると、たとえ子どもでも、「選挙の自由」を妨害することになるので注意してください。

## 開票

▼とき・ところ 4月7日(日)21時から、生駒市体育協会滝寺S.C. 体育館  
——生駒市の選挙人は、開票の参観ができます。会場への入場は20時50分からです。

## 「他人事」ではすまされない 身近に考える 「認知症」

誰でもなりうる身近な病気、「認知症」。2025年には約5人に1人が「認知症高齢者」となると言われています。本市が行う、認知症予防や重度化防止、家族支援などさまざまな取組を紹介します。

〒0743-74-1111、内線466



### 早期発見 もの忘れ相談プログラム

認知症の進行を遅らせるためにたいせつなのは、早期発見と早期治療です。5分程度で完了する簡単なスクリーニングテストができるプログラムで、もの忘れの疑いを調べてみませんか。

▶対象 認知症に対して不安がある人

▶設置場所 同課、各地域包括支援センター(全6か所)



### 本人・家族への支援 認知症カフェ

認知症の当事者やその家族などが気軽にしゃべりし、互いの悩みなどを共有しリフレッシュできる場です。

▶対象 認知症の人やその家族、認知症に関心のある人

▶問合せ ①鹿ノ台校区バンビカフェ(☎79-3510)②ちょボラカフェあずさ(☎74-8134)③CAFÉわか(☎71-3373)④心サロン(☎75-3367)

認知症カフェのとき・ところ(いずれも申込不要)

	とき	ところ
①	毎月第1火曜日	鹿ノ台いきいきホール2階
②	毎月第1木曜日	総合支援センターあずさ2階
③	毎月第2水曜日	あすか野介護予防拠点施設
④	毎月第4水曜日	東生駒病院地域交流スペース

### 安心・安全の確保 徘徊高齢者 搜索模擬訓練

道に迷って帰れないなど、認知症当事者が行方不明になる設定で発見や声かけ、保護などを体験し、事故を未然に防ぐことを目指す訓練です。認知症高齢者への接し方を学び、対象者への声かけなど地域住民がそれぞれの役割を理解するこの取組に参加する団体も募集しています。

▶対象 開催を希望する団体(原則自治会単位)

——内容など詳細は、開催を希望する3か月前までに問い合わせてください。

### 普及啓発 認知症サポーター 養成講座

認知症に関して正しく理解し、その予防の啓発や、当事者やその家族を地域で見守る「認知症サポーター」。市職員が講師となり行う養成講座(約90分)を受講し、サポーターになりませんか(要申込)。

▶対象 10人以上が集まれるグループ(申込みは同課)

相談は電話でも窓口でもOK!  
気軽に相談してくださいね。



同推進員の皆さん

——詳しくは市ホームページをご覧ください。

- ▼ところ・問合せ
- ◆阪奈中央地域包括支援センター(☎74-8665)
- ◆東生駒地域包括支援センター(☎75-0021)
- ◆社会福祉協議会地域包括支援センター(☎74-3341)
- ◆梅寿荘地域包括支援センター(☎75-3020)

認知症の専門家に  
相談してみませんか

認知症の人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるために、「認知症地域支援推進員」を市内4か所の地域包括支援センターに配置しています。推進員は、認知症の専門家として「認知症状態への不安や対応方法について」などの相談に対応。認知症の進行に応じた医療・介護など必要な支援を行います。

▼対応内容 ①本人や家族を支援する相談業務②医療機関や介護サービス、地域支援機関の連携支援など

「いこまち」のアンケートモニターに登録し  
3月31日までにアンケートに答えると

# 図書カード50名様に 500円分が当たる

広報いこま「いこまち」のアンケートモニターを募集します。登録した皆さんに広報紙の記事や取り上げて欲しいネタなど紙面に関する感想や意見を記入するアンケートを毎月案内。回答者の中から、抽選で毎月5人に図書カード500円分をプレゼントします。より良い紙面を作るために、皆さんの貴重な意見をお待ちしています。

### ■アンケートモニター

- ▶対象 満16歳以上の市内に住むか市内へ通勤・通学する人(中学生を除く)
- ▶費用 無料
- ▶回答方法 市ホームページにある申込フォームに必要事項を記入し、アンケートに任意で回答



▲モニター登録はこちら

### ■初回登録キャンペーン

アンケートモニターに登録し、3月31日(日)までに今号のアンケートに回答すると、抽選で50人に図書カード500円分をプレゼントします。

### LINE@はじめました

広報いこま「いこまち」のアンケートの案内を無料通話アプリ「LINE@」でもお届けします。ぜひ友だち登録をしてください。



▲登録はこちら

## イコマニア



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

### みなみの図書館 未在亭「足にも人にも優しい話」

- ▼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(出) 13時30分～15時、南コミユニティセンターせせらぎ
- ▼内容 東松ヶ丘の健康靴専門店アルコ店主でシューフィッターの西岡光雄さんによる

る足の健康とトラブルや正しい靴選びの話。足型体験と本の紹介もあります。

- ▼費用 無料(申込不要)
- ▼問合せ 図書館南分館 ☎77-0005

市民団体「凶南の翼」と共催で行います。

### いこま 春の自然観察会

- ▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人(小学生以下は要保護者同伴)
- ▼とき・ところ 4月20日(出) 9時30分～12時(雨天中止)、生駒山麓公園ふれあいセンターバス停前集合(生駒駅)

からバスがあります)

- ▼内容 生駒山麓公園周辺をみんなで散策し、植物や野鳥などの自然観察を楽しみましょう。
- ▼必要品 タオル、飲み物、筆記用具
- ▼定員 20人(抽選制)
- ▼費用 300円
- ▼申込み 4月11日(休)(必着)までに、はがきかファクス、メールに住所、氏名・ふりがな、年齢、電話番号、メールアドレスかファクス番号を書いて、エコネットいこま春の自然観察会係 ☎63010288、東新町8-38、環境モ

デル都市推進課内、☎25・4663、[reconet@kcn.jp](mailto:reconet@kcn.jp)の寺内さん ☎090・3704・9002)

### ちよこつと囲碁

5才から無料体験

- ▼対象 市内に住む5歳以上
- ▼とき・ところ ①4月6日(出)13時～16時、生駒駅前図書室②4月13日(出)20日(出)9時30分～11時30分、北コミユニティセンター I S T A はばたき
- ▼内容 簡単なルールですぐに対戦ができる初心者向け囲碁ゲームの体験(常時10人程度が体験可能)
- ▼費用 無料(申込不要)
- ▼問合せ 囲碁のまち生駒プロジェクトの辻内さん ☎090・9994・7671

### 小平尾南(憩いの場) たわわ食堂に来ませんか

- ▼とき・ところ 3月28日(木) 10時～13時、人権文化センター
- ▼内容 地域の高齢者が受け継いできた郷土料理をいっしょに作り、温かいご飯を囲

- みなから楽しく過ごしませんか(50食限定、当日先着順)。
- ▼費用 300円(子どもは100円)
- ▼問合せ 人権文化センター ☎77-7371

### イベント・講座



### ミュージアム講演会

- ▼とき・ところ 4月13日(出) 14時～15時30分、生駒ふるさとミュージアム
- ▼内容 (株)地域文化財研究所 所長の福永信雄さんによる講演「生駒山西麓の古墳と竹林寺古墳」。生駒山西麓、生駒の古墳の在り方について話します。
- ▼定員 48人(申込順)
- ▼費用 600円(生駒歴史文化友の会会員は500円)
- ▼申込み・問合せ 3月25日(月)～4月12日(金)(休館日を除く)に氏名、連絡先を明らかにして電話かファクス、メール、直接、生駒ふるさとミュージアム ☎71-7751、[info@ikomamuseum.jp](mailto:info@ikomamuseum.jp)



**大助・花子のお達者倶楽部**



宮川大助・花子さん

▼**とき・ところ** 5月29日(水) 14時開演(開場は13時30分) 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てください。

▼**内容** 「生駒とともに20年 大感謝祭!!」として、宮川大助・花子さんが皆さんに「夢と笑い」をお届けします。

▼**定員** 300人

▼**費用** 1000円(全席自由席)

——入場券は3月31日(日)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 I 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。電話予約は南コミュニティセンターせせらぎで4月

▼**対象** 市内に住む4歳未満の子どもの保護者

▼**とき** 5月17日(金)、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・問合せ**

7日(日)10時から。

▼**問合せ** 南コミュニティセンターせせらぎ(☎77・0001)

▼**とき・ところ** 4月21日(日) 13時～16時30分(開場は12時40分)、たけまるホール

▼**内容**

◇第1部：生駒音楽芸術協会所属団体によるコーラスなどの演奏

◇第2部：生駒や関西圏で活躍するソリストなどの演奏

▼**定員** 928人

▼**費用** 無料(申込不要)

▼**問合せ** 生駒音楽芸術協会の有山京子さん(☎090・5663・6123)

▼**とき・ところ** 4月21日(日) 13時～16時30分(開場は12時40分)、たけまるホール

▼**内容**

◇第1部：生駒音楽芸術協会所属団体によるコーラスなどの演奏

◇第2部：生駒や関西圏で活躍するソリストなどの演奏

▼**定員** 928人

▼**費用** 無料(申込不要)

▼**問合せ** 生駒音楽芸術協会の有山京子さん(☎090・5663・6123)

▼**とき・ところ** 4月21日(日) 13時～16時30分(開場は12時40分)、たけまるホール

▼**内容**

◇第1部：生駒音楽芸術協会所属団体によるコーラスなどの演奏

◇第2部：生駒や関西圏で活躍するソリストなどの演奏

▼**定員** 928人

▼**費用** 無料(申込不要)

▼**問合せ** 生駒音楽芸術協会の有山京子さん(☎090・5663・6123)

▼**とき・ところ** 4月21日(日) 13時～16時30分(開場は12時40分)、たけまるホール

▼**内容**

◇第1部：生駒音楽芸術協会所属団体によるコーラスなどの演奏

◇第2部：生駒や関西圏で活躍するソリストなどの演奏

▼**定員** 928人

▼**費用** 無料(申込不要)

▼**問合せ** 生駒音楽芸術協会の有山京子さん(☎090・5663・6123)

▼**とき・ところ** 4月21日(日) 13時～16時30分(開場は12時40分)、たけまるホール

▼**内容**

◇第1部：生駒音楽芸術協会所属団体によるコーラスなどの演奏

◇第2部：生駒や関西圏で活躍するソリストなどの演奏

▼**定員** 928人

▼**費用** 無料(申込不要)

▼**問合せ** 生駒音楽芸術協会の有山京子さん(☎090・5663・6123)

▼**必要品** 筆記用具、国語辞典

▼**定員** 50人(申込順)

▼**費用** 500円

▼**申込み・問合せ** 3月25日(月)～4月15日(月)に電話かファクスで生駒番傘川柳会の小金澤貫一さん(☎兼77・6793)

▼**とき・ところ** 4月19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。実作題は「夢」「笑う」です。

▼**とき・ところ** 4月19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。実作題は「夢」「笑う」です。

▼**とき・ところ** 4月19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。実作題は「夢」「笑う」です。

▼**とき・ところ** 4月19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。実作題は「夢」「笑う」です。

▼**とき・ところ** 4月19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。実作題は「夢」「笑う」です。

▼**とき・ところ** 4月19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。実作題は「夢」「笑う」です。

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう



おしゃれでかわいいボックスを作ります

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう

▼**とき** 4月20日(土)10時～12時

▼**内容** ハーバル倶楽部の仲間作りしよう

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

▼**とき** 4月25日(木)10時～12時

▼**内容** 自然とともにの小椋昭信さんによる、ひもで小判を編んで壁飾りを作る教室

▼**定員** 20人(抽選制)

▼**費用** 100円

### 今「源氏物語」を 読み解きましょう

▼**とき・ところ** 4月24日(水)、5月22日(水)、6月19日(水)、10時～11時30分、図書館

▼**内容** 元高校の古典教師の龍野郁二さんを迎えて「源氏物語」をわかりやすく読み解く講座

▼**必要品** 筆記用具

▼**定員** 30人(抽選制)

▼**費用** 3000円(全3回)

▼**申込み・問合せ** 3月26日(火)～31日(日)にファクスかメールに郵便番号、住所、氏名、電話番号、講座名を書いて図書館講座受付係(☎75:5303、☎73:3600、✉osyo-info@ikomashi-sg.jp)

### 竹細工のかわいい「犬」を作りませんか



竹の端材でかわいい犬を制作してみませんか

▼**対象** 小学生以上(小学生は要保護者同伴)

▼**とき・ところ** 4月21日(日)

13時～17時、高山竹林園

▼**内容** 竹クラフト作者の伊藤俊夫さんによる茶室などの端材を使用して、「犬」を作るクラフト教室

▼**定員** 10人(申込順)

▼**費用** 500円

▼**申込み・問合せ** 3月25日(月)から往復はがきかファクス、メールに参加者全員の住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を書いて、高山竹林園「竹細工クラフト教室」係(〒630-0101、高山町3440、☎79:3344、☎79:9944、✉takayama.tkuinen@kcn.jp)

### 生駒寄席 小遊三八方ふたり会

▼**とき・ところ** 6月2日(日) 14時開演(開場は13時30分)、たけまるホール大ホール

——公共交通機関を利用してください。

▼**内容** 東西の名人、三遊亭小遊三さんと月亭八方さんによる落語二人会。月亭遊方さんや笑い飯さんも登場します。

▼**費用** 前売3000円、当日3500円(全席指定席、



月亭八方さん

未就学児入場不可)

——入場券は3月30日(土)10時から、たけまるホール、北コミュニティセンター、ISTAはばたき、南コミュニティセンターせせらぎ、鹿ノ台ふれあいホール、図書館で販売します。入場券の電話予約は、チケットぴあ(☎0570-02-9999、Pコード492-407)。

▼**問合せ** たけまるホール(☎75-0101)

## スポーツ



### リトルパイン・親子教室

▼**申込み・問合せ** 3月26日(火)から、リトルパインスポーツクラブホームページの申込フォームかメールに住所、氏名、生年月日、電話番号を書いて、同クラブ(☎090-1967-9124、✉info@

littlepine-nara.jp)

——いずれも申込順。同クラブの会員になるには年会費2000円(大人だけ)が必要です。

### よちよちサーキット☆ 室内運動広場

▼**対象** 1歳～就園前の幼児とその保護者

▼**とき・ところ** 4月23日(火)、5月14日(火)・28日(火)、6月11日(火)・25日(火)、9時30分～10時15分、たけまるホール

▼**内容** 運動神経が伸びる年齢にトランポリンやミニハードル、ラダーなどを使って体を動かします。

▼**定員** 15組

▼**費用** 1回500円

### 親子スポーツ・ライフキッズ

▼**対象** 3歳～就学前の幼児とその保護者

▼**とき・ところ** 5月11日(土)、25日(土)、6月22日(土)、7月13日(土)・27日(土)、14時30分～15時30分、図書館

▼**内容** この時期に必要なリズム感覚を楽しめる音楽とダンスで、親といっしょに踊って身につけます。子どもとの遊びに悩むお父さんも、ぜひ参加してください。

▼**定員** 20組

▼**費用** 1250円(全回分)

### 子育てママストレッチ教室

▼**とき・ところ** 毎月第2・4火曜日、10時30分から、たけまるホール

▼**内容** 産後の骨盤のゆがみや体力低下で悩む人向けの教室。専用のゴムを使い、骨盤を整えます。子育ての悩みなどを話せる場にもなります(託児あり)。

▼**定員** 15人

▼**費用** 1回900円(非会員は1200円。託児は1人につき300円が必要)

### 子育てママダイエツト教室

▼**とき・ところ** 毎月第1・3金曜日、たけまるホール

——1部は9時30分から、2部は10時40分からです。

▼**内容** 産後の運動不足などで体形や体力不足に悩む人向けの、パーソナルトレーナーが指導する教室。スポーツを通じてママ同士の会話も自然と生まれます(託児あり)。

▼**定員** 各12人

▼**費用** 各900円(非会員1200円。託児は1人につき300円が必要)

スポーツ教室の日程

教室名	とき	ところ
小学生 ハンドボール	4月5日(金)・19日(金)、5月10日(金)・24日(金)、6月7日(金)、18:30~20:30	上中学校体育館
武術太極拳	4月の毎週土曜日、13:30~15:30	武道館
空手道	4~6月の毎週水曜日(5月1日は除く)、小・中学生コースは18:00~19:30、一般コースは19:30~20:50	北大和体育館
ミニ バスケット ボール	4月14日(日)、15:00~17:00	鹿ノ台小学校体育館
	4月20日(土)・27日(土)、10:00~12:00	真弓小学校体育館
	4月21日(日)、15:00~17:00	旧北小学校体育館
少 林 寺 拳 法	5月11日(土)・18日(土) 10:00~12:00	生駒台小学校体育館
	5月12日(日)・19日(日) 12:00	生駒南第二小学校体育館
軟式 学童野球	4月14日(日)、5月6日(月・振)、6月2日(日)、7月7日(日)、9月1日(日)、11月4日(月・振)、12月1日(日)、13:30~15:00	武道館
軟式 学童野球	4月6日(土)9:00~17:00 (雨天時は12:00まで)	井出山グラウンド (雨天時は同体育館)
	5月6日(月・振)9:00~17:00 (雨天時は12:00まで)	北大和野球場 (雨天時は同体育館)

スポーツ教室

——いこ増まッスルクラブが主催します。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ (一財)生駒市体育協会(☎73・8822)

▼小学生ハンドボール

▼対象 市内に住む小学1~6年生

▼指導 生駒市ハンドボール協会員

▼必要品 ユーズか上履き

▼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：市内に住むか市内へ通勤・通学している高校生以上
- 女性や中高年者も歓迎します。
- ▼指導 生駒市空手道連盟員
- ▼必要品 道衣か運動着
- ▼ミニバスケットボール教室
- ▼対象 市内に住む小学4~6年生
- ▼指導 生駒市バスケットボール協会員
- ▼必要品 運動着、体育館シューズか上履き
- ▼少林寺拳法教室
- ▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している小学3年生以上
- ▼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 市内に住む年長児にあたる幼児・小学生
- ▼指導 生駒市軟式学童野球連盟員
- ▼必要品 運動着、帽子、運動靴(雨天時は体育館シューズ)、グローブ(持っている人だけ)、飲み物

平成31年度の国民年金保険料が決まりました

平成31年度の国民年金保険料が下表のとおり決まりました。口座振替による早割の利用と次年度以降の前納申し込みは、随時受け付けています。

圓奈良年金事務所国民年金課 (☎0742-35-1371)

平成31年度の納付額と割引額(定額保険料 1か月1万6,410円)

	支払区分	納付方法	①1回の納付額	②毎月納付した場合の総納付額	割引額(②-①)	納付時期
前納	2年度分 (4月~翌々年3月分)	□口座振替	37万9,640円	39万5,400円	1万5,760円	4月末
		納付書・クレジットカード	38万880円		1万4,520円	
	1年度分 (4月~翌年3月分)	□口座振替	19万2,790円	19万6,920円	4,130円	
		納付書・クレジットカード	19万3,420円		3,500円	
早割	6か月分(4月~9月分と10月~翌年3月分)	□口座振替	9万7,340円	9万8,460円	1,120円	4月末・10月末
		納付書・クレジットカード	9万7,660円		800円	
早割	毎月納付	□口座振替	1万6,360円	月々50円、年間600円お得です。		当月末

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



平成31年度 広報いこまち

## いこまち 発行予定表

原則、毎月2回(1日・15日)発行している広報いこまち。7月から、毎月1回の発行になります(原則1日号。5月は15日、1月は6日に発行)。——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。

号	発行予定日
4月 1日号	4月 1日(月)
15日号	4月15日(月)
5月合併号	5月15日(水)
<b>6月 1日号</b>	<b>▲5月31日(金)</b>
<b>15日号</b>	<b>▲6月14日(金)</b>
7月号	7月 1日(月)
8月号	8月 1日(木)
<b>9月号</b>	<b>▲8月30日(金)</b>
10月号	10月 1日(火)
11月号	11月 1日(金)
<b>12月号</b>	<b>▲11月29日(金)</b>
2020年 1月号	2020年 1月 6日(月)
2月号	▲1月31日(金)
3月号	▲2月28日(金)

▲…発行予定日を繰り上げています。

「広報いこまち」は、市内の公共施設や駅・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・届け先に変更があれば連絡してください。

園広報広聴課(内線226)

### 小学生ハンドボールクラブ 部員募集

▼対象 市内に住むか市内に通学している小学生

▼内容 市内で活動するハンドボールクラブです。いっしょにハンドボールを楽しみませんか。

### 真弓クラブ

▼練習のとき・ところ 毎週土曜・日曜日、12時35分～17時、真弓小学校グラウンド・体育館

——見学は、事前に問い合わせてください。

▼申込み・問合せ 真弓クラブ(☎090・9706・51)

87)

### JHC緑ヶ丘

▼練習のとき・ところ 毎週火曜・木曜日、18時30分～緑ヶ丘中学校体育館

▼申込み・問合せ JHC緑ヶ丘の大垣さん(☎75・5519)

## 自主学習グループ

将棋を楽しみませんか?

▼とき・ところ 4月7日(日)

9時30分～11時30分、たけまるホール

▼内容 将棋体験と新入会員

を募集します(子ども歓迎)。

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 一棋会の丹藤邦明さん(☎73・4670)

### 俳句入門体験レッスン

▼とき・ところ 4月9日(火) 13時～17時、コミュニティセンター

▼内容 俳人の朝妻力さんに よる丁寧な添削指導です。

▼必要品 歳時記、筆記用具

▼定員 15人(申込順)

▼費用 1000円

▼申込み・問合せ 3月25日(月)～4月2日(火)に電話で、うらら句会の吉井陽子さん(☎77・7819)

### 社交ダンス無料講習会

▼とき・ところ 4月3日(水) 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 ダンスの初歩から楽しくみんなで踊りましょう。

▼必要品 ダンスシューズ(タウンシューズでも可)

▼問合せ 社交ダンスメイトの前川丈夫さん(☎79・3707)

### 楽しい英会話体験教室

▼とき・ところ 4月5日(金) 17時～19時、たけまるホール

▼内容 ネイティブの英語講師による実践英会話教室

▼必要品 筆記用具、辞書

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ IKOMA E.S. S.の田中信秀さん(☎090・6550・1116)

### フォークダンス無料講習会

▼とき・ところ 4月4日(木) 14時30分～16時30分、北コミュニティセンターISTAはばたき(申込不要)

▼内容 世界の音楽でフォークダンスを踊りましょう。

▼必要品 運動靴、飲み物

▼問合せ 奈良フォークダンス協会りんどうの沢村映子さん(☎78・7248)

## 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(家族だけの参加も可)

▼とき・ところ 4月9日、5月14日、6月11日、7月9日、8月13日、9月10日、10月8日、11月12日、12月10日、2020年1月14日、2月18日、3月10日(いずれも火曜日)、13時30分～16時30分、コミュニティセンター

▼費用 無料(1件約1時間、1日3件程度。申込順)

▼申込み・問合せ 相談日の1週間前までに地域包括ケア推進課(内線463)

▼内容 世界の音楽でフォークダンスを踊りましょう。

### 介護者(家族)の会

▼対象 現在介護している人や介護に関心のある人

▼とき・ところ 4月9日・23日、5月14日・28日、6月11日・25日、7月9日・23日、9月10日・24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を話すサロン

▼費用 無料(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)

### 手話奉仕員養成講座(入門編)

▼対象 市内に住むか市内へ通勤・通学している人(初めて手話を学ぶ人を優先)

▼とき・ところ 4月20日、8月24日の毎週土曜日、10時～12時(全20回。午前午後で2講座する日が3日あり)、福祉センター

▼内容 聴覚障がいを理解し聴覚障がい者と手話で簡単な日常会話ができるように

▼費用 無料(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)

▼対象 訪問介護などの活動に興味・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11日・18日・25日、6月1日・8日・15日・22日・29日、7月6日・13日・20日・27日、9月28日、10月5日・12日・26日、11月9日(いずれも土曜日)、8月4日・18日・25日、9月1日・8日・15日・22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14日(祝)～25日(金のうち3日間)

なることを目指します。

▼定員 20人(抽選制)

▼費用 無料(テキスト代3240円が別途必要)

▼申込み・問合せ 3月29日(金)までに、はがきか電話、フ

ァクス、メールで住所、氏名・

ふりがな、電話番号を明らかに

にして、福祉センター(〒630-0221、さつき台2

丁目6-1、☎73・0700、

☎73・0294、✉fukusi-center@kc.n.jp)

▼対象 訪問介護などの活動に興味・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11日・18日・25日、6月1日・8日・15日・22日・29日、7月6日・13日・20日・27日、9月28日、10月5日・12日・26日、11月9日(いずれも土曜日)、8月4日・18日・25日、9月1日・8日・15日・22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14日(祝)～25日(金のうち3日間)

▼対象 訪問介護などの活動に興味・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11日・18日・25日、6月1日・8日・15日・22日・29日、7月6日・13日・20日・27日、9月28日、10月5日・12日・26日、11月9日(いずれも土曜日)、8月4日・18日・25日、9月1日・8日・15日・22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14日(祝)～25日(金のうち3日間)

▼対象 訪問介護などの活動に興味・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11日・18日・25日、6月1日・8日・15日・22日・29日、7月6日・13日・20日・27日、9月28日、10月5日・12日・26日、11月9日(いずれも土曜日)、8月4日・18日・25日、9月1日・8日・15日・22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14日(祝)～25日(金のうち3日間)

▼ところ 宝山寺福祉事業団「桃李館」研修室(元町)、特別養護老人ホーム梅寿荘

▼定員 20人(申込順)

▼費用 5万円(別途テキスト代約6500円が必要)

▼申込み・問合せ 4月15日(月)までに電話かフ

ァクス、メールで住所、氏名・

ふりがな、電話番号を明らかに

にして、宝山寺福祉事業団ヘルパー養成講座係(☎74・6811、☎74・2511、✉baiday@kc.n.jp)

### 子育て・教育



#### パパひろば

▼対象 市内に住む0～2歳児の子ども一人とその父親

▼とき・ところ 4月21日(日)10時～11時30分(10時10分まで受付可)、子育て支援総合センター

▼内容 子どもと楽しく遊んで、近所のパパ仲間を見つけてみませんか。4月は、ふれあい遊びを紹介します。

▼定員 20組(当日先着順)

▼費用 無料

### 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31年度固定資産税・都市計画税の納期限は5月7日(火)

平成31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7日(火)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31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(水)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24日(日)8:30～17:00、収税課(内線294)

#### 「赤ちゃんとおそぼっ」

パパセミナー

▼対象 市内に住む4月1日時点ですぐ後2～12か月までの第一子とその父親・母親

▼とき・ところ 5月11日(土)・25日(土)、6月8日(土)・22日(土)、10時～11時30分(全4回)、子育て支援総合センター

▼内容 父親と赤ちゃんは月齢に合わせた関わり遊びを通して他の赤ちゃんの様子

を知ろう。母親は別室でワークシヨップとおしゃべり会でリフレッシュしよう。

▼定員 10組(抽選制)

▼費用 無料

▼申込み・問合せ 4月15日(月)(必着)までに市ホームページの申込フォームか、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、同センター「パパセミナー」係(〒630-0125、7、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

ら対象児の兄弟姉妹の託児あり、要申込

#### ▼費用 無料

#### ▼申込み・問合せ 4月11日(木)(必着)までに市ホームページの申込フォームかはがきに、参加する子どもと託児が必要な兄弟姉妹の氏名・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「親と子のあそび(ひよこ)」係か同センター「親と子のあそび(うさぎ)」係(〒630-0257、元町1丁目6-12、☎73-5582)

▼対象 市内に住む0歳〜就園前の子どもの保護者

#### ▼申し込み・問合せ

4月11日(木)(必着)までに市ホームページの申込フォームかはがきに、参加する子どもと託児が必要な兄弟姉妹の氏名・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「親と子のあそび(ひよこ)」係か同センター「親と子のあそび(うさぎ)」係(〒630-0257、元町1丁目6-12、☎73-5582)

▼申し込み・問合せ

4月9日(火)・23日(火)、子育て支援総合センター

4月11日(木)・25日(木)、北コミユニティセンター I S T A はばたき

4月12日(金)・26日(金)、南コミユニティセンターせせらぎ

時間はいつでも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、絵本の読み聞かせなど

▼費用 無料(申込不要)

▼問合せ 子育て支援グループ・かるがもの会(☎75-2111、第3金曜日・祝日を除く月〜土曜日の10時〜15時)

▼申し込み・問合せ

4月2日〜7月31日に生まれた子どもとその保護者

▼申し込み・問合せ

5月20日(月)、6月3日(月)・17日(月)、10時〜11時

▼申し込み・問合せ

市内に住む平成29年4月2日〜平成30年4月1日に生まれた子どもとその保護者

▼申し込み・問合せ

5月13日(月)・27日(月)、6月10日(月)、10時〜11時

▼申し込み・問合せ

市内に住む平成29年4月2日〜平成30年4月1日に生まれた子どもとその保護者

▼申し込み・問合せ

5月13日(月)・27日(月)、6月10日(月)、10時〜11時

▼申し込み・問合せ

市内に住む平成29年4月2日〜平成30年4月1日に生まれた子どもとその保護者

▼申し込み・問合せ

5月13日(月)・27日(月)、6月10日(月)、10時〜11時

▼申し込み・問合せ

5月13日(月)・27日(月)、6月10日(月)、10時〜11時

## ジェネリック医薬品に切り替えませんか

本市では、先発医薬品と同じ成分で安価なジェネリック医薬品を推奨しています。普及率は60%を超え医療費削減に効果的です。今後ともジェネリック医薬品の利用にご協力ください。



### ◇先発医薬品と同等の効き目や安全性

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の特許が切れた後に発売される医薬品で、主成分は先発医薬品と同じです。厚生労働省が製造・販売を承認し、品質・有効性・安全性などが保証されています。

### ◇安価で経済的

開発期間が短く、低コストなジェネリック医薬品は、先発医薬品に比べて安価です。薬代が安くなる他、増え続けている生駒市国民健康保険の医療費を減らせます。医療費が減ると、皆さんが納める保険料の抑制にもつながります。

### ◇ジェネリック医薬品推奨薬局を認定

本市と連携して、ジェネリック医薬品の利用を推進する市内の33薬局を「生駒市ジェネリック医薬品推奨薬局」として認定。ジェネリック医薬品の備蓄が豊富なため、薬剤師にジェネリック医薬品の利用を相談してください。



このマークが目印

### 生駒市ジェネリック医薬品推奨薬局 (2月1日現在)

店舗名	住所	店舗名	住所
鹿ノ台調剤薬局	鹿ノ台	アール薬局	北新町
イオン薬局	鹿畑町	生駒駅本店	
登美ケ丘店	ひかりが丘	アール薬局	
笑夢薬局	真弓	生駒駅前南店	
北大和調剤薬局	北大和	サン薬局	元町
幸生堂薬局	白庭台	生駒駅前店	
アイビー薬局	白庭台	白菊調剤薬局	
ヤスイ薬局 白庭台		スマイル薬局 菜畑店	山崎町
ヤスイ薬局	あすか野	えふ西薬局	西旭ケ丘
あすか野		あしひ薬局	
たんぼぼ薬局	あすか野	生駒店	本町
あすか野店		サエラ薬局	
こじか薬局	南田原町	若葉薬局	東菜畑
生駒南田原店		コスモス薬局	中菜畑
たんぼぼ薬局	小明町	かるがも薬局	東生駒
小明店		東生駒店	
メイプルリーフ薬局 生駒店	俵口町	サン薬局 一分店	
若葉薬局 生駒店	東松ケ丘	モリタ薬局	壱分町
ヤスイ薬局 辻	辻町	生駒店	
サン薬局 生駒店		ひかり薬局	有里町
サン薬局 谷田店	谷田町	壱分店	
スギ薬局 生駒店		ドレミ薬局	小平尾町
ヤスイ薬局 生駒			



### 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17日(水) 13時30分～15時、子育て支援総合センター
- ▼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など
- ▼必要品 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(☎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17日(水) 10時～12時、子育て支援総合センター
- ▼内容 保健師・栄養士による離乳食相談や保育士による手遊び・ふれあい遊びなど。保護者同士の交流もできます。
- ▼必要品 母子健康手帳、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(☎73・5582)

### もっこもっこサロン

- ▼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9日(火) 13時30分～15時、北コミュニティセンターI・S・T・Aはばたき
- ▼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 子育て支援総合センター(☎73・5582)

### 「はぐりであそび」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11日(木)

### 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。



☎環境保全課(内線355)

とき	1 班	2 班
1日(月)	高山町	秋津、小平尾町
2日(火)	傍示	東山町、小平尾町
3日(水)		小平尾町
4日(木)		小瀬町
5日(金)	庄田	萩の台、萩原町
6日(土)		萩原町
8日(月)	大北	萩原町、藤尾町
9日(火)		鬼取町、大門町
10日(水)	大北、久保	鬼取町、西畑町
11日(木)	久保	有里町、菜畑町、西畑町
12日(金)	宮方	有里町
13日(土)		
15日(月)	上町	有里町、壱分町
16日(火)	芝	壱分町、西菜畑町
17日(水)	北田原町、鹿畑町	中菜畑1・2丁目、西菜畑町
18日(木)	北田原町	軽井沢町、東生駒、西旭ヶ丘、緑ヶ丘、東菜畑1・2丁目
19日(金)	南田原町	新旭ヶ丘、山崎町、西旭ヶ丘、東旭ヶ丘
20日(土)		辻町、西旭ヶ丘、山崎町
22日(月)	新生駒台、松美台、南田原町	谷田町、辻町、山崎町
23日(火)	小明町、桜ヶ丘、俵口町	谷田町、辻町、本町、元町1・2丁目
24日(水)	俵口町、東松ヶ丘	北新町、谷田町、仲之町、東新町
25日(木)	西松ヶ丘、東松ヶ丘	北新町、東新町、山崎新町
26日(金)	喜里が丘、西松ヶ丘、門前町	北新町
27日(土)	傍示、門前町	
30日(火)	傍示	秋津、小平尾町

### お知らせ



#### カフェ「らむ」ボランティアスタッフ募集

- ▼対象 市内に住む高校生以上で、カフェ運営に興味のある人
- ▼内容 花のまちづくりセンターふろーらむ内にある、ボランティアが運営するカフェ「Cafeふろーらむ」。空いている時間を使ってカフェスタッフとして活動してみませんか。

▼申込み・問合せ はがきか電話、ファクス、メールで住所、氏名・ふりがな、日中連絡のつく電話番号を明らかにして、花のまちづくりセンターふろーらむ「Cafeふろーらむ」ボランティアスタッフの募集係まで(〒630-0122、真弓1丁目11-16、☎70-0187、☎70-0287、✉hanamachi@city.iko.ma.lg.jp)



親子で楽しく遊びましょう



カフェスタッフとして活躍しませんか

狂犬病予防注射(集合注射)の日程

	とき	ところ
4月8日(月)	9:30~11:30	松美台自治会館
	13:00~15:00	図書会館 南側駐車場
9日(火)	9:30~10:30	大北自治会館
	11:00~11:30	庄田自治会館
	13:00~13:30	獅子ヶ丘自治会館
10日(水)	14:30~15:00	門前町会館
	9:30~12:00	北大和 体育館
11日(木)	13:30~15:00	駐車場
	9:30~11:00	鹿ノ台北公園
12日(金)	11:20~11:50	鹿畑自治会館
	13:30~15:00	白庭台北公園
	9:30~11:30	壱分町東自治会館
15日(月)	13:00~14:00	東生駒南自治会館
	14:30~15:30	生駒台集会所
	9:30~11:30	北コミュニティセンターISTAはばたき駐車場
16日(火)	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
	9:30~11:30	喜里が丘第4公園
17日(水)	13:00~15:30	萩の台住宅地自治会館
	9:30~11:30	鹿ノ台スポーツ公園
18日(木)	13:00~15:00	あすか野自治会館
	9:30~11:30	ひかりが丘集会所
	13:00~14:30	さつき台集会所
22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

**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涯に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。添付の問診票を記入し切り取らずに、当日持参が必要)

▼**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** 環境保全課(内線373)

**奈良県警察官を募集**

▼**資格** 大卒(短大を除く)か2020年3月末までに卒業見込みの人で昭和61年4月2日以降に生まれた人  
▼**採用予定** 男性39人程度、女性5人程度

▼**受付** 4月19日(金)までに郵送か4月15日(月)までに同県警ホームページ

▼**問合せ** 奈良県警察本部警務課採用係(〒630-8578、奈良市登大路町80番地、☎0120・351・204)

**固定資産課税台帳を閲覧できます**

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。

▼**対象** 納税義務者、納税義務者の委任を受けた人、借地・借家人など

▼**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)

**土地・家屋価格等縦覧帳簿を縦覧できます**

一定の条件のもと、自分や他人が所有する物件(土地や家屋など)の評価額を縦覧できます。

▼**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

▼**とき・ところ** 4月1日(月)~5月7日(火)、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。

▼**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

▼**問合せ** 課税課(内線383)

**マイサポいこま・イントリー団体募集**

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)」。支援希望団体を募集します。

▼**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の事業

▼**申込み・問合せ** 4月1日(月)~16日(火)(必着)に申請書に必要事項を書いて、郵送か直接、市民活動推進センター(〒630-0257、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。

# せいすい 生水だより



生駒の水道水を  
持って出かけよう

平成31年3月号  
No.61

上下水道部ホームページは、市ホームページから「生駒市水道事業」へアクセス  
☎ 上下水道部工務課・総務課 (☎79-2800)

## 水道料金のしくみを知ろう

# 生駒の水道料金の特徴

### 市町村ごとに違う水道料金

本市は、南北に細長く起伏に富んだ地形が特徴です。各家庭に水を配るために、浄水場から一時的に水を貯めておく配水池にポンプを使って送水していますが、高低差が大きいため、動力費が多くなります。また、水源である地下水だけでは市内で必要な水量をまかないきれません。そのため、県内の吉野川や宇陀川の水を水源としている県営水道から水道水を購入しています。このように水道水を各家庭

### コラム | より安全に水を届けるため

水道利用者の皆さんに「安全でおいしい水」を提供するために「生駒市水安全計画」を策定し、平成30年度から運用を開始しました。これは水道水の安全性を確保するしくみ。事前に水質に問題が起る原因を把握、分析し、対策をあらかじめ定めるものです。詳細は、上下水道部ホームページの「統計資料」で公開しています。

▶問合せ 山崎浄水場 (☎74-2216)

### コラム | 転居時などの手続きはお早めに

住所の変更などで、水道の使用を開始や中止する場合は届出が必要です。3・4月にかけて届出が混み合うので、早めに手続きをしてください。使用中止の手続きをしない場合は、水道を使わなくても基本料金の支払いが必要になります。また、使用者が変わった場合は、名義変更の届出をお願いします。

▶問合せ 生駒市水道事業お客様センター (☎79-2800)



安心安全な水道水を家庭へ届けます

に届けるためにかかる経費は、人口や地形的要因などで変わるため、市町村ごとに異なります。水道事業は経費を利用者の皆さんが支払う水道料金でまかなう「独立採算性」で運営。水道料金は将来に渡って事業を継続できるように設定しています。市町村ごとに水道料金に違いが出るのはこうした理由からです。

### 本市は県内12市平均より安価

水道料金は「基本料金」と「従量料金」の合計に消費税を加えた額です。本市の料金は、一般家庭の平均使用水量20m<sup>3</sup>と比較すると、県内12市の水道料金の平均よりも安くなっています。今後も各家庭へ水道水を安定して供給するために、施設の統廃合や有効活用などにより経費削減に取り組む、適正な水道料金の維持に努めていきます。

### 水道料金の内訳

基本料金  
用途や水道メーターの口径によって設定  
+  
従量料金  
使った水量に応じて設定  
+  
消費税  
||  
水道料金

## 生駒の水道事業NEWS

### 送水ルートの見直し事業完了で約18億円の経費削減

平成25年度から5年間かけて、効率的に水を届けるため、送水ルートの変更や施設の建設、廃止などを進め、2月に完了しました。これにより、県営水道を直接引き込めるようになり、水を送るための

動力費を年間2,300万円、施設更新費も約18億2,000万円削減できました。

今後も県の水道施設を有効活用するなど経費削減の取組を進めます。

▶問合せ 山崎浄水場 (☎74-2216)



新設した新小瀬中継所





高齢者や障がいがある人がチョコレートケーキとロールケーキを作るお菓子教室を開きました。ロールケーキ作りでは、生地を作った後、たっぷりのクリームと大きく切ったフルーツを載せたスポンジを巻くのに悪戦苦闘。上手くできると参加者全員から拍手が起きました。

2/5(木)

本格的なケーキ作りに挑戦

福祉センター



市内の重要文化財を火災で損失することを防ぐため、国宝の長弓寺本堂で消防訓練を行いました。訓練は周辺の山林からの出火を想定。寺院関係者や地域住民が火災が起きたときに慌てず行動ができるように、消火器などを使って消火方法や手順を確認しました。

1/23(木)

いざという時に文化財を守るため

長弓寺



さまざまな専門店から店ならではの技や知識が学べる講座「生駒まちゼミ」。約1か月間で30講座が開かれました。ガラスアート講座では、講師がカットガラスにカラーフィルムを貼るコツなどを伝授。参加者は「難しかったけど気軽にできてよかった」と笑顔を見せました。

2/14(木)

プロの技や知識をまちで学ぶ

市内参加店



雪遊びや軽スポーツ体験をする「冬の子どもフェスタ」を壺分小学校区の自治会やPTAなど16団体からなる市民自治協議会「やまびこネットワーク」が開催しました。滋賀県から運ばれた雪はトラック4台分。約600人の子どもたちが雪合戦や雪だるま作りを楽しみました。

1/27(日)

運動場に現れた雪山に大歓声

壺分幼稚園・壺分小学校



市内の書道団体「彩墨会<sup>さいぼく</sup>」が大筆体験授業を開催し、6年生約180人が参加しました。卒業制作として3kgを超える筆を使い、二人一組で順番に一画ずつ書き、「挑戦」などの熟語に。参加した前田の花さんは「どこに書くか難しかったけど上手にできた」と振り返りました。

2/19(木)

大筆で一画、一画に想いをこめて

あすか野小学校



市内の小学生が朝ごはんメニューを考える「小学生メニューコンテスト」の受賞レシピが1日限定で給食に登場。メニュー考案者で、あすか野小学校5年生の浦野優羽<sup>うな</sup>さんは「自分が考えたメニューを、みんながたくさん食べてくれてうれしい」と満足そうな笑顔を見せました。

2/5(木)

小学生が考えたメニューが給食に

あすか野小学校

奈良高専と連携し  
プログラミングを学習



プログラミングを初めて学ぶ子どもたちに奈良工業高等専門学校<sup>（注）</sup>の学生も指導しました

「右に動いてジャンプだ」「風船が飛ぶにはどう入力したらいいんだろう」

俵口小学校6年生がパソコンを使い、人や物を動かすプログラミングに挑戦しています。簡単な動きを表現するため専用ソフトを使って作業する子どもたち。パソコンにどのようなコマンド（命令）を与えるか試行錯誤しました。

教壇に立つのは、奈良工業高等専門学校（奈良高専）の教授。この授業は科学教育の充実のため同校と本市が結んだ連携協定の一環で行いました。再来年度から小学校で必修化されるプログラミング教育。早くからパソコン操作やプログラミングに親しむ環境を整えます。

生駒で20年以上続く居酒屋  
出汁や下味にこだわった料理が魅力

焼き鳥のオブジェが目印の居酒屋「さわや」。焼き鳥など約80種類の定番料理だけでなく、季節の野菜を使った天ぷらなど週替わりのメニューも約40種類と豊富だ。

中でもおすすめは「唐揚げハーフ&ハーフ」。ネギ塩だれとマヨネーズポン酢の2つの味を一度に楽しめる一品だ。唐揚げの下味にザラメ糖を使い、甘めに仕上げることで、ネギ塩だれの塩味とマヨネーズポン酢の酸味が絶妙に合う。鰹節から丸一日かけて出汁を取る煮物や茶わん蒸しなど、こだわりの料理を食べに訪れてみては。

たつた揚げプロジェクト認定店を紹介  
今月の美食



さわや



☎0743-75-3886  
📍元町1-13-1グリーンヒルいこま3階  
🕒11:00~23:00  
🗓️木曜日不定休  
🚗なし



◀ スタッフの山崎さんのおすすめは…  
「唐揚げハーフ&ハーフ」  
530円(税込)







# 防災知恵ぶくろ

災害のニュースを聞く度「我が家も準備しなくちゃ」と思うのに、つい後回しにしてしまう災害への備え。身構えず、気負わず、日常にちょっとプラスするだけの知って得する防災アイデアを紹介します。

## 📦オンリーワンの防災セット



ホームセンターなどで販売されている防災セット。一般的なものは、簡易トイレや懐中電灯など生活に欠かせない物品が入っています。しかし、家族構成によって必要なものは違わず。おむつや常備薬など個々の事情に合わせたものを足した「オンリーワンの防災セット」を作っておきましょう。飲料水や食料などの備蓄品と合わせて備えておけば、さらに安心です。

### 防災セットに加えるもの

#### ①代替品がないもの



はさみ マルチツール 歯ブラシ ペンセット 爪切り

食品用ラップなど使い道が多いものも入れておこうかな

#### ②高齢者がいる家庭に必要なもの



折り畳みの杖 身体拭きシート 常備薬 食べやすい非常食

#### ③乳幼児がいる家庭に必要なもの



子どもが避難先で安心できるように

ほ乳瓶 粉ミルク 水 離乳食 おもちゃ おむつ おむつ袋

## もったいない食器市



とき	ところ
4月4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(水) 10:00~13:00	ディアーズコープ いこま
4月18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れます。持ち込みは、開館日の9:00~17:00です(ディアーズコープいこまだけ食器市当日の10:00~12:30)。

◇食器は包装などを外し、陶磁器製・ガラス製に分けて無人回収コンテナに入れてください。その他の材質の食器や灰皿・花瓶・土鍋は持ち込めません。

☎環境保全課(内線354)



## 3歳児歯科健診 子育て相談

☎健康課(☎75-2255)

- ▶対象 平成28年4月に生まれた幼児
- ▶とき 4月25日(木)
- ▶内容 歯科診察、歯科・育児・栄養・発達相談
- ▶注意 3歳は虫歯になりやすい時期です。子どもの歯を守るために必ず受診しましょう。

歯医者さんにお口の中を診てもらえます。終わったら、手作りのおやつが食べられるよ。



### 他の子育て相談

子育て相談名	対象	とき	内容
① 2歳6か月児歯の相談・子育て相談	平成28年10・11月に生まれた幼児	16日(火)	身体測定、歯科・育児・栄養・発達相談
② 10か月児すくすく子育て相談	平成30年6月に生まれた乳児	19日(金)	身体測定、育児・栄養相談、手遊びの紹介

#### いずれも…

- ◇受付時間は9:00~10:00、セラビーいこまで行い、費用は無料です(申込不要)。
- ◇母子健康手帳を持参してください(②は、バスタオルも持参してください)。
- ◇①は、偶数月に開催します。





古代の文字に向き合う木簡研究者

## 馬場 基さん

木簡から歴史をひもとく

古代・現代・未来をつなぐ

ばばはじめ ● 奈文研都城発掘調査部史料研究室長。日本古代史や木簡学などを専門分野として研究。京都大学大学院人間・環境学研究科で客員准教授も務める。「木簡のスペシャリスト」としてテレビやラジオにも多数出演。東旭ヶ丘在住。46歳。



↑奈文研のホームページはこちら

### 古

代の人たちが文字を書いた木の板、木簡。それらを発掘し書かれた文字を読み解き、歴史的な意味を調査している。所属する(独)国立文化財機構奈良文化財研究所(以下、奈文研)は、木簡などの史料を発掘から調査まで行う全国で唯一の国立機関だ。

「発掘された複製ではない、『ナマ』の歴史に触れ、当時の人や空間、時間に向き合っています」

平城宮・京で調査・研究をする傍ら、講演や発掘調査の指導などで全国各地を飛び回る。国の代表として海外で古代文字の共同研究にも参加。数え切れないほどの木簡に向き合い、今では読み方を判断する責任者にまでなった。

「皆さんが生きる『今』もいつか歴史になります。歴史は遠い存在ではなく、とても身近だと知ってほしいんです」

### 木

簡に初めて触れたのは大学院生時代。触って壊してしまふことへの恐怖と緊張だけだった。その後、専攻していた日本古代史の研究職で奈文研に就職。木簡学の部署に配属された。

「まさか木簡を研究することになるとは思いませんでした」

書物とは違い、短文で情報が断片的な木簡。ほとんどは破片となって出土する。少しの衝撃や乾燥も命取りだ。文字は破片をつなぎ合わせ解読するが、当時の環境や時代背景なども考慮し、初めて歴史的な意味が分かるため、研究には幅広い知識が求められる。

「自分の代で全ての研究は終わりません。後世で『答え』が出せるように、歴史史料をしっかり引き継いでいくことが目標です」

### 奈

良県は他の地域にはないほど歴史史料が豊富。まだ発掘しきれないものも多い。

「生駒は、平城宮で使われた器用の窯が多く、労働者も多かった。そのため民衆の味方、行基が活躍したと分かりつつあります」

木簡など文化財は「全世界・全時代的な財産」というのが文化財保護の考え方だ。奈文研で発掘された木簡も整理などで発表までに数十年かかることも。世界的に価値が高い国宝も多く、時代を超えてつなげていかなければならない。

「文化財は皆さんからの預かりもの。自分たちの財産だと自覚してもらえるように、価値を引き出し、次世代に残していきます」

## - 生駒むかしばなし ⑫ -

### 地域で守られる水の神様

農村地であった生駒には水をたいせつにする風習があり、地域ごとに水の神様を祀ったそうです。生駒山に湧き出る清水「ナカクラさん」や小平尾町の湧き水「ジョーサン」など呼び名もさまざま。毎年参拝し、掃除や供えものをして豊作を祈願しました。日照りが続くと護摩を焚いて雨乞いし、雨が降ったこともあるそうです。こうした水の神様は、現在も地域の人たちに守られています。

園生涯学習課(内線646)



◇詳しくは同課窓口、生涯学習施設などで販売している「生駒むかしばなし」(1,000円)をご覧ください。

## { 編集後記 }

いこま市民パワー(株)の特集を担当。取材先で元気に登下校する子どもたちを見て、子どもたちの安全を守る手伝いをしている同社の取組を分かりやすく伝えようと工夫しました。今回の特集で市内の皆さんに少しでもその魅力が伝わると嬉しいです。(関口)

落ち込む友人が「一人になりたい」と感じていると思い、そっと離れたことがあります。皆さんにそんな経験はありますか。自殺予防の特集の取材で「そんな時は「一人になりたいの?」と臆(おそ)げばいいですよ」と専門家から聞きました。目から鱗(うろこ)が落ちた瞬間でした。(川口)

街人探訪で木簡研究者を取材しました。文化財は人類共通の財産であるという考えのもと研究を続け、書かれた文字を解説し次世代へリレー。流行語が生まれては消えていく現代、将来まで楽しんでもらえるような広報紙を作っていきたいと思うばかりです。(泉)

連載コーナー「いこまの教育」が今号で終了です。毎月、市内の学校を取材。授業のデジタル化が進んでいたり、学校オリジナルの取組があったり、発見と驚きの連続でした。生駒の教育の最前線は伝わったでしょうか。1年間ご愛読ありがとうございます。(村田)

..... 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 /

### { 賃貸住宅の「原状回復義務」はどこまで? }

**Q** 5年間住んだ賃貸マンションを退去。その後、家主から原状回復費用として20万円の請求書が送られてきた。小さい子どもがいるので、傷や汚れをつけないように注意して生活していたうえ、退去時の立ち会いでも、修理が必要になるとは聞かされていないので納得できない。支払う必要はあるのだろうか。(30歳代、男性)

**A** 「原状回復」とは、部屋を入居時の状態に戻すことではありません。そのため、相談者には家主に請求書の明細を求め、疑問点や納得できない点があれば、国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」をもとに話し合うように助言しました。

ガイドラインでは、原状回復を「借主の故意や過失、その他通常の使用を超えるような使い方によって生じた劣化や毀損(きそん)を復旧すること」と規定。借主は通常の使用によって生じた、日焼けなどによる畳やクロスの変色、フローリングの色落ち、テレビや冷蔵庫(れいぞうこ)の後部壁面にできる「電気焼け」による黒ずみなどの「通常損耗(じんこう)」や経年変化の修理費用を負担する義務はありません。また、通常損耗以外で借主負担となる場合でも全額ではなく、壁などのクロスは「㎡単位」、畳は「一畳単位」で最少範囲を負担すればよいとされています。負担割合を判断する際には、賃貸住宅の築年数や入居からの経過年数なども考慮に入れて、家主と話し合うことをおすすめします。



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)