

広報いこま

いこまち

このまちが、もっと好きになる。

令和6年

12

月号

vol.845

Dec/2024

IKOMACHI vol.845

Ikoma city, Nara pref.



/ Topics

P.2 公園あそび方見本市

P.4 特集 年末ごみダイエット作戦

P.10 年末年始の応急診療案内

P.11 年末年始 市の公共施設休業日程など

公園あそび方見本市



12月14日(土)
11:00~15:00頃
@四季の森公園

公園での「やってみたい」が一挙に集結する「公園あそび方見本市」を開催します。マーケットや体験ブース、たき火を囲んでのトーク、パフォーマンスなどが出展。「公園でこんなことができるんだ」と楽しみながらのんびり過ごしませんか。

圃みどり公園課(☎0743-74-1111、内線2621)



▲詳しくはこちら

出展内容

食べ物・飲み物

- ・スコーン、はちみつ
- ・たこ焼き、からあげ
- ・おにぎり、おでん
- ・クレープ、スープ
- ・ホットドリンク など

物品

- ・アロマクラフト
- ・日本各地の特産品
- ・手づくり雑貨 など

体験

- ・ボッチャ
- ・ロックバランシング
- ・本の貸出
- ・親子で公園遊び
- ・公園の落ち葉や木の枝でワークショップ など

色紙などの交換会も

飛び込みOK

パフォーマンス

- ・フラフープ
- ・クロストーク
- ・かみしばい
- ・みんなでダンス



監修

イベント企画のアドバイスなど。クロストークにも登壇します。

高松俊●全体監修・トーク登壇

武田重昭●全体監修

小林麻美●トーク登壇

田村康一郎●会場レイアウト監修

福井美樹●マーケットゾーン監修

真下藍●いこえんプロデュースゾーン

注意

- ◇雨天時は12月15日(日)に延期します。
- ◇駐車場はありません。公共交通機関を利用してください(学研北生駒駅から徒歩約10分、四季の森公園バス停からすぐ)。
- ◇内容は変更する可能性があります。
- ◇授乳や、おむつ替えができる簡易なテントや、こどもとの食食用テントがあります(お湯はありません)。
- ◇園内の通路はバリアフリーで、園内のトイレは和式です。

当日のお手伝いスタッフを募集します

いろんな遊び方を体感しながら、たき火の守りや会場の巡回などを手伝ってみませんか。短時間や親子での参加も歓迎です。

▷特典 参加賞、たき火に薪をくべる権利、当日夕方の交流会参加権(任意参加)

▷申込み 12月12日(木)までに、申込フォームから同課(後日シフトを連絡) 申込みはこちら▶





㈱ユニクロが実施する「届けよう、服のチカラ」プロジェクトの一環で、生駒小学校の児童が主体となって地域や家庭から古着を回収。集まった服は、服を必要とする世界中の人に届けられます。

数字で見るまちの動き

人口

人口総数 ▶ 116,572人 (−45)

世帯数 ▶ 51,861 (+41)

14歳以下 ▶ 14,606人 (−63)

15〜64歳 ▶ 67,337人 (−5)

65歳以上 ▶ 34,629人 (+23)

◇令和6年11月1日現在。外国人を含む。()内は前月との比較

火災・救急・救助

火災 ▶ 10 (−12)

救急 ▶ 4,695 (+86)

救助 ▶ 47 (−16)

◇令和6年10月末日現在。数字は令和6年1月からの累計で、()内は前年同期の増減数

◇災害自動案内ダイヤル(☎73-0268)

交通事故

発生数 ▶ 2,040 (−25)

人身事故 ▶ 80 (−63)

死者 ▶ 2 (−1)

物損事故 ▶ 1,960 (+38)

◇令和6年10月末日現在。数字は令和6年1月からの累計(概数)で、()内は前年同期の増減数

多様性を認め合い、つながり
個人が尊重される共生社会の実現
毎月11日は「人権を確かめあう日」

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7261)へ

いこまち

2024年11月29日(金)発行
CONTENTS

- p.2 公園あそび方見本市
- p.4 特集 年末ごみダイエット作戦
- p.10 年末年始の応急診療案内
- p.11 年末年始 市の公共施設休業日程など
- p.12 小さくはじめる場づくり講座

お知らせ

- | | | | |
|------|------------------|------|------------------------|
| p.13 | スマホサポーターを募集します | p.22 | 幼稚園預かりなどの無償化には手続きが必要です |
| p.14 | 生駒山麓公園のイベント | p.23 | 介護予防教室 |
| p.18 | パパとダイナミック段ボール遊び！ | p.25 | 宝山寺初詣に伴う交通規制に協力をお願いします |
| p.19 | いこま教師塾開校！ | p.27 | 困ったときは、ここに相談 |
| p.20 | 毛筆で「かきぞめ」リハーサル | p.29 | せいすい 生水だより |

連載コーナー

- p.30 子育てひろば・健診・講習会
- p.32 スペシャル フォト ニュース
Special Photo News
第6回 地域共生社会推進全国サミットinいこま
- p.33 まちのアルバム、新しい教育のカタチ
- p.34 ようこそ図書館へ
- p.35 消費生活 暮らしのQ&A、スタート！防災、市長コラム
- p.36 街人探訪
- p.37 「ちがひ」を知ろう・楽しもう
明日への処方箋、読者の声、編集後記

たいせつな情報が
ぐっと身近に

市民の約5人に1人が利用中！
市LINE公式アカウントの友だち追加はこちら



特集

年末ごみ ダイエット作戦

年末と言えば、思いつくものの1つが「大掃除」。掃除をすれば、不要な物が出てくるはずですが、その不要な物は、ごみですか？それともまだ使えるものですか？

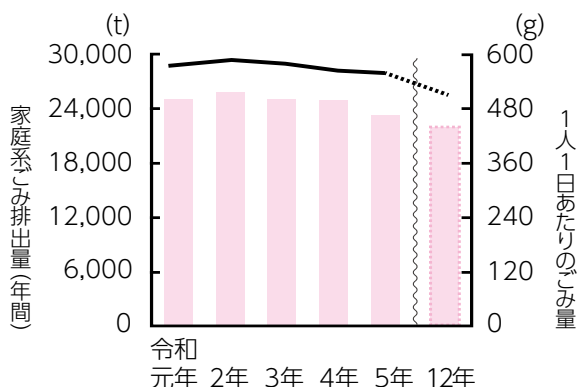
今号では、ごみの知識と減らす工夫、捨て方を特集します。今から掃除をして、正しくごみを捨てて、すっきりとした新年を迎えましょう。

環境保全課 ☎0743・74・1111、内線2360



家庭系ごみ排出量
(令和12年は目標)

…家庭系ごみ排出量
…1人1日あたりのごみ量



生駒のごみの量

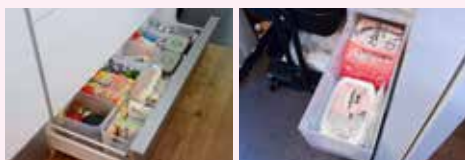
皆さんの暮らしの中で必ず出てくる家庭系ごみ。食べ残しや牛乳パック、雑草、着なくなった服など、種類はさまざまです。

本市のごみの量は人口の推移と共に減少傾向。しかし、1人1日あたりの量はほぼ変わりません(左図参照)。また、「生駒市一般廃棄物(ごみ)処理基本計画」で目指すごみの量を達成するには引き続きごみの減量に向けた取組が必要です。

ごみの更なる削減を目指して

ごみを燃やすとCO₂など

①災害にも強くなる！レトルト食品は「ローリングストック収納」がおすすめ



家事の時短に便利なレトルト食品や粉末スープなど。長期保存できるのが利点ですが、「期限までに食べきれなかった」ということも。普段の食事に取り入れ、食べた分を補充する「ローリングストック収納」にすれば、災害時にも食べ慣れた食事ができておすすめです。

Topic. おうちを整理する

家庭のごみを増やさないためには、家を上手に整理することもたいせつです。そのヒントを、いこまち宣伝部9期生で整理収納アドバイザーの松田愛さんに聞いてみました。



が発生し、地球温暖化の原因に。また、本市のごみを燃やして残った灰を埋め立てている最終処分場は、将来的には利用できなくなると言われています。分別を行えば、リサイクルできる物は新たな資源になり、ごみは減少します。限りある資源を守り、いつまでも住み続けられるまちであるためにも、ごみを減らす協力をお願いします。

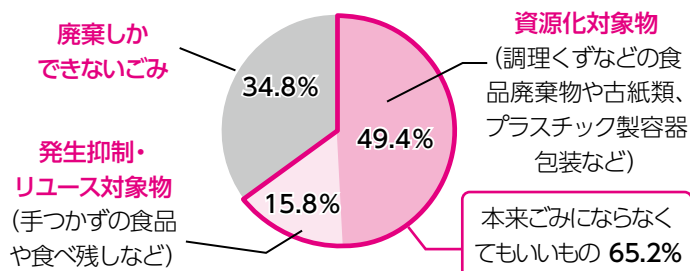


今すぐ使える

ごみじゃないごみ知識

令和5年度 燃えるごみ組成調査結果

燃えるごみの約6割、実は「ごみじゃない」



家庭から排出された燃えるごみ袋の中からランダムに選んだ袋の中身を分析する、燃えるごみ組成調査の結果です。燃えるごみのうち、廃棄しかできないごみは、なんと「34.8%」。残りは、分別すればリサイクルできたプラスチック製容器包装や古紙・古着類、消費期限切れで捨てられたものなどで、本来ごみにならずに済んだはずのものでした。きちんと分別を行い、食品ロスを減らすなどの工夫で、ごみの量はもっと減らせるかもしれません。

使ったペットボトルが新しいペットボトルに

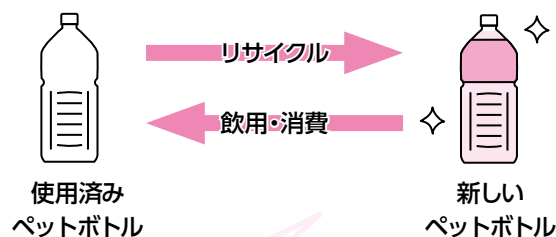
「ボトルtoボトル」水平リサイクル

本市はカーボンニュートラルに向けた取組として、使用済みペットボトルを新たなペットボトルに再生する「ボトルtoボトル」水平リサイクルを実施しています。この取組の特徴は、ペットボトルをそのまま新しいペットボトルとして再生できること。ペットボトルを資源として何度も循環させるため、新規化石由来原料の使用量削減とCO2排出量の削減につながります。



回収したペットボトルは圧縮し、リサイクルへ

水平リサイクルのイメージ図



ラベルとキャップを外し、中を水洗いして捨てれば、ごみではなく新しいペットボトルに生まれ変わります

教えてくれたのは…

松田愛さん

「暮らしを愉しむ人を増やしたい」という思いで、「暮らしに寄り添うアイデア」をコンセプトに「iinahome」を運営。整理収納・インテリア・デザインの視点から、一人ひとりのライフスタイルにフィットした暮らしの在り方を探究している。

詳しくはこちら▶



③服を整理するのは衣替えのシーズンがベスト



衣替えのときに、シーズン中に着なかった服は処分を。売ったり譲ったりするなどの他に、綿100%の服であれば「ウエス（雑巾）」としての再利用もおすすめです。古着を使いやすい大きさに切っておけば、掃除に使える使い捨てのウエスに変身します。

②いつの間にか、たまっていく紙類は3つに分類して整理しよう



紙類は「①一時保管(1週間) ②一定期間の保管(写真左、ホワイトボードに給食の献立など1か月の予定を掲示) ③長期保管(写真右、取扱説明書など種類ごとにボックス分け)」の3分類に。保管期間が過ぎれば捨てるサイクルを作れば、家にたまる紙の量が減るはずですよ。

いこまち読者からの質問
「紙の整理方法が知りたい」
に答えてもらいました

減らす

寄附を通じて気持ちも伝える

フードドライブ

生駒市健康づくり推進員連絡協議会の協力で、家庭に眠る、まだ食べられる食品を集め、(福)生駒市社会福祉協議会などに寄附しています。同連絡協議会の藤尾さんは「寄附はジュース1本からでも大丈夫。『誰かのためになっている』『支えてもらっている』という気持ちが寄附を通じて伝わればいいですね」と話します。食べきれそうにない食品は、ぜひ寄附を考えてみてください。

▷とき・ところ 毎週木曜日の9:00～12:00(祝日・年末年始を除く)、たけまるホール



——環境保全課窓口でも開庁時間内に受け付けています。

▷対象食品 常温で保存できるものや未開封のもの、賞味期限まで1か月以上あるもの

Topic. 小学生が発案し、学校で3回目の開催 真弓小学校フードドライブ



真弓小学校5年生の本田翔輝^{しやうき}さんが、10月28～30日にフードドライブを行いました。呼びかけに応じた

家庭からお菓子や米、缶詰など118点(約19kg)を回収。本田さんは「より多くの人に意味と必要性を伝えたいです」と話していました。4回目は令和7年1月末以降の開催を予定しています。

捨てる前にちょっと待って！
ごみを出さないためにできることや不要なものを必要な人に循環させる、市内の取組や工夫を紹介します。

捨てない選択肢

無駄なくエコに食べるコツを学ぶ

やさしい切りかた教室

奈良県立奈良北高等学校1年生を対象にした、フードロスと環境配慮について考える授業です。貝印(株)が運営するホーム

ページ「やさしい切りかた辞典」から野菜を丸ごと無駄なく食べるための工夫を学び、調理実習。豚汁と鮭のホイル焼きを作り、「おいしい」と笑顔が広がりました。やさしい切りかた辞典はこちら▶



にんじん



皮もヘタも食べられます。ヘタは根元の汚れをとり、干切りにすると食べやすいです。

しいたけ



石づきを5mmほど切ると、軸も食べられます。軸は手でねじり取るのがおすすめ。

ごぼう



たわしで土をしっかりと落とせば、皮むき不要。皮ごと食べられます。

生徒インタビュー

奥村^{あけみ}明光さん

「野菜のそんなところも食べられるんだ！」と驚きました。豚汁は、皮ごと入れたごぼうの味がしっかりしていました。おいしかったです。



Topic. 私の「捨てない」術

環境イベントに来た皆さんに、家でやっている、ごみを減らす・捨てないための工夫を聞いてみました。



夫が畑で作物を育てています。たい肥として使うために、生ごみを樽に貯めて畑へ。おかげでいい土になりますし、我が家から出る生ごみはゼロです。

◀長谷川奈美さん



部屋に設置するごみ箱を小さくすることで、ごみの量を減らすことを意識したり、再利用できるものはしたりするなど工夫しています。

◀本田まやさん(左)、まひろさん

再利用する

使わないけど、まだ使えるすてきな食器を欲しい誰かへ
もったいない食器市

不要になった使える食器を集めて、無料で配布しています。

▷とき・ところ 月曜～土曜日
の9:00～11:15・13:00～15:30(木曜日の午後、日曜・祝日、年末年始を除く)、清掃リレーセンター



▷食器の回収 北コミュニティセンター^{イスタ}ISTAはばたき、南コミュニティセンターせせらぎの開館中に、新聞紙などで梱包せず回収ボックスに入れてください。

▷注意 持ち帰りは本市民だけで、1人1日5点までです(免許証などで住所を確認することがあります)。また、転売目的の持ち帰りはお断りします。

——活動への募金も受け付けています。

▷問合せ 環境保全課(☎0743-74-1111、内線2360)

主催者インタビュー (特非)関西ワンディッシュエイド協会
理事長 樽井雅美さん



「もったいない」の気持ちで食器を再利用すれば、環境への負荷が少なく、欲しい人は食器が無料でもらえて、みんなハッピーに。実は、スタッフの多くは食器市の元お客さんです。人との関わりを通じて新しい何かが広がっていく場所にもできたらと思って活動しています。

ものをたいせつにする気持ちを橋渡し
こども文房具ポスト

まだ使える文房具や習字セットなどを回収し、必要とする家庭に配布しています。

▷投函できる日 月曜～金曜日(祝日除く)の9:00～17:00(福祉センターは月曜日を除く)



▷設置場所 生駒市社会福祉協議会事務局、サービスセンター幸楽、福祉センター、市内郵便局

▷回収している学用品 体操服(洗濯かクリーニングしたもので、黄ばみや傷みが激しくないもの)、裁縫セット、絵具セット、習字セット、彫刻刀、鉛筆、消しゴム、シャープペンシル(替え芯も可)、色鉛筆、分度器、三角定規、コンパス

——文房具は新品か未使用のもの。汚れや破損などによって受け取れない場合があります。

▷問合せ (福)生駒市社会福祉協議会(☎75-0234)

担当者インタビュー (福)生駒市社会福祉協議会
森野安代さん



ポストで集めたものは「みんなの居場所ごっちゃ☆ばあ」(本町)で毎週木曜日に配布しています。そのときに印象的なのが、寄附された文房具をきらきらとした目で選ぶこどもたちの姿。次に使う人の笑顔が浮かぶような物があれば、ぜひ投函してください。

あなたのごみが誰かの宝に

家具リユース販売会

家具や、おもちゃなど大型ごみの清掃リレーセンターへの持込時に、目立った破損が無く、まだ使えるのであればその場で回収。それらをリユース品としてオークション販売しています。

▷入札できる人 生駒市民(営利目的での購入はできません)

▷とき 不定期(出品できるものが一定数集まれば開催します。開催しているかどうかは市ホームページを確認するか、直接同センターに問い合わせてください)

▷問合せ 同センター(☎73-6807)



◀過去に出品された物

落札までの流れ

- ①市ホームページか清掃リレーセンターに出品物が並びます。
 - ②メールか同センターの窓口で直接、物品ナンバーと入札金額を書いて入札します。
——購入後に「傷がある」などの苦情は受け付けません。実際に出品物を確認してから入札してください。
 - ③落札が決まれば、同センターから購入決定者に個別に電話かメールで連絡します。
 - ④直接同センターに受け取り・支払いに来てください。
- ▷必要品 代金(現金だけ)、運転免許証などの身分証明書、入札書の控えかメールのコピー(携帯電話の画面の提示可)

Point.

リユース品として販売することになったものは、ごみにならず誰かの役に立ちます。また、大型ごみ処理券(300円)が不要に。「これはリユース販売できるかも?」と思ったものは、処理券を貼らずに持ち込んでください(必ずリユースに出せるとは限りません。また、衣類や電化製品などは対象外です)。

意外と知らない

捨て方いろいろ

年末に問合せの多いもの、よく間違えて分別されているものを集めました。ここに載っていないごみの分別方法は市ホームページなどを確認してください。

大型ごみ・燃えないごみの回収

電話か特設サイトから(☎0743-85-5374、年末年始を除く月曜～土曜日の8:00～16:00、初回は電話だけ)



スプレー缶・
カセットガスボンベ

→びん・缶に



▷ごみ袋 45ℓ以内の透明・半透明の袋
▷出し方 びん・缶として捨てる
——中身が残っている場合はメーカーなどに中身の出し方を確認し、空にしてから排出します。

照明器具(45ℓまでの透明・半透明の袋に入らない大型の電化製品や金属ごみ)

→大型電化製品・金属ごみに

ふとん(30cm以上の燃えるごみ)

→大型ごみに



本体と器具が
セットになった
電化製品は、分
解せずに捨てる

▷ごみ袋

◇大型電化製品・金属ごみ…なし。回収申込み時に発行する受付番号を書いた紙を各自で作成し貼って捨てる。

◇大型ごみ…黄色の指定袋(入らなければ、大型ごみ処理券が1点に1枚必要)

▷出し方 大型ごみ受付センターへ回収を予約

プラマークがないプラスチック製品

→燃えるごみに



プラマークがあるプラスチック製品
→プラスチック製容器包装ごみに

■燃えるごみ

▷ごみ袋 黄色の指定袋

▷出し方 燃えるごみ集積所に捨てる

■プラスチック製容器包装ごみ

▷ごみ袋 透明・半透明の袋

▷出し方 資源ごみ集積所に捨てる

ドライヤーや電卓

→小型電化製品に

フライパン、包丁

→金属ごみに



集積所OK
になりました

令和5年4月から、45ℓ以内の透明・半透明の袋に入る小さい電化製品・金属ごみは集積所に出せるようになりました。

▷ごみ袋 45ℓ以内の透明・半透明の袋

▷出し方 資源ごみ集積所に捨てる(袋に入らない物は大型ごみ受付センターへ回収を予約)

土鍋、植木鉢

→燃えないごみに



われものとして
排出できる、せとものは
食器類だけ

▷ごみ袋 黄色の指定袋(入らなければ、大型ごみ処理券が1点につき1枚必要)

▷出し方 大型ごみ受付センターへ回収を予約

座布団、カーペット、じゅうたん

→大型ごみに



▷ごみ袋 黄色の指定袋(入らなければ、大型ごみ処理券が1点につき1枚必要)

▷出し方 大型ごみ受付センターへ回収を予約



▲分別方法は
はこちら

ごみの分別には、ごみ分別促進アプリ

さんあ〜る が便利です

「今日は何ごみの日だろう」「このごみ、どうやって捨てるのかな」といったときに便利なのが、ごみ分別促進アプリ「さんあ〜る」。何ごみの日かを知らせる通知や毎月のごみカレンダー、ごみの捨て方検索機能などがあり便利です。無料で利用できるので、日々のごみ捨てに活用してください。

■ダウンロードの方法

各アプリストアか、市LINE公式アカウントのごみメニューから。ごみメニューでは大型ごみ収集のネット受付やごみガイドブックなども確認できます。



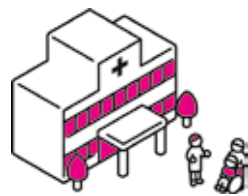
iPhone・iPad端末

Android端末



12月29日(日)～令和7年1月3日(金)

年末年始の 応急診療案内



問健康課(☎0743-75-2255)

注意

- ◇必ず事前に電話で連絡してください。
- ◇診療時間を確認して受診してください。
- ◇健康保険証と診療費を必ず持ってきてください。福祉医療(こども、心身障がい者、ひとり親)制度による医療を受ける人は、それぞれの医療受給者証も持参してください。

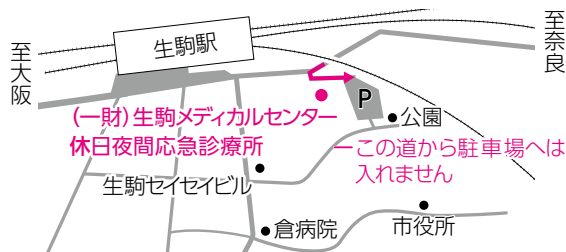
内科・小児科 ☎75-0111

▷診療時間 10:00～翌6:00(受付は翌5:30まで。これ以外の時間帯は、☎74-5600で当直医療機関を確認してください)

▷ところ (一財)生駒メディカルセンター休日夜間応急診療所(東新町)

——車で利用する場合は、右の地図に従ってください。

◇(一財)生駒メディカルセンター休日夜間応急診療所



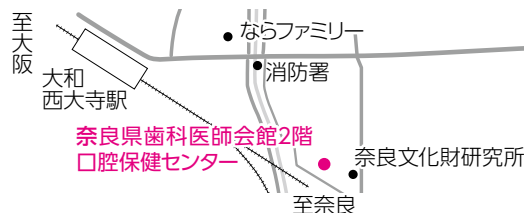
歯科 ☎0742-33-0862 (年末年始専用)

▷診療時間 10:00～16:00(受付は9:30から)

▷ところ 奈良県歯科医師会館内口腔保健センター(奈良市二条町)

——(一社)奈良県歯科医師会と生駒郡山地区歯科医師会の協力で実施します。

◇奈良県歯科医師会館内口腔保健センター



外科 (休日・夜間応急診療案内) ☎74-5600(自動音声)

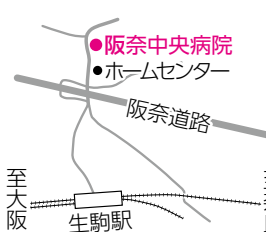
各病院が輪番制で診療します。各日の担当病院は下表のとおりですが、必ず事前に「休日・夜間応急診療案内」(☎74-5600、自動音声)に電話で確認してください。

▷診療時間 9:00～翌9:00

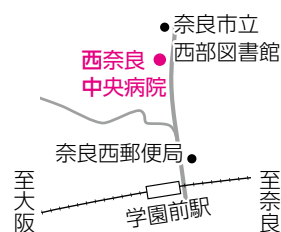
各日の担当病院

担当病院	電話番号	12月			1月		
		29 日(日)	30 日(月)	31 日(火)	1 日(祝)	2 日(木)	3 日(金)
西奈良中央病院	0742-43-3333					●	
倉病院	73-4888		●				●
阪奈中央病院	74-8660	●			●		
白庭病院	70-0022			●			

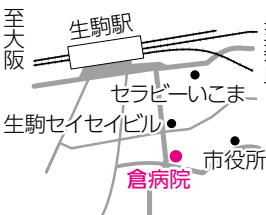
◇阪奈中央病院



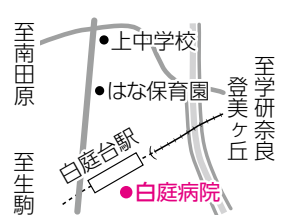
◇西奈良中央病院



◇倉病院



◇白庭病院



生駒市立病院でも年末年始の急患(歯科は除く)は随時対応します。利用する場合は事前に電話してください(☎72-1111)。なお、12月30日(月)は通常どおり診療し、一般外来も受け付けます。

急な病気やケガで対応に迷ったときは 電話で相談

奈良県救急安心センター相談ダイヤル

看護師や相談員が、適切な行動をアドバイス

#7119(プッシュ回線・携帯電話、24時間対応)

◇ダイヤル回線・IP電話は ☎0744-20-0119

子ども救急電話相談(対象:15歳未満のこども)

看護師や小児科医が、次を取るべき行動をアドバイス

#8000

(プッシュ回線・携帯電話、18:00～翌8:00、土曜日は13:00から、日曜日・祝日・年末年始は8:00から)

◇ダイヤル回線・IP電話は ☎0742-20-8119



最新情報の確認には
市公式ホームページ・LINEも
活用してください！

年末
年始

市の公共施設 休業日程など

圏広報広聴課(☎0743-74-1111、内線4211)

ホームページ



LINE



■市の公共施設などの休業日程(掲載期間外ですが1月6日(月)は指定休の施設もあります)

施設名		休業期間									
		12月					令和7年1月				
		26 日 (木)	27 日 (金)	28 日 (土)	29 日 (日)	30 日 (月)	31 日 (火)	1 日 (水)	2 日 (木)	3 日 (金)	4 日 (土)
市役所											
子育て・教育	ユースネットいこま、みっきランド										
	小平尾南児童館										
	子育て支援総合センター、家庭児童相談室、教育相談室、はばたきみっき										
健康・福祉・医療	福祉センター										
	RAKU-RAKUはうす、いばしょ支援ステーションGIFT										
	生駒市社会福祉協議会、セラビーいこま(休日夜間応急診療所を除く)										
	生駒市立病院(急患は除く)										
	歓喜乃湯足湯・温泉自動販売機										
コミュニティ・文化	コミュニティセンター、生駒ふるさとミュージアム、たけまるホール、芸術会館美来来										
	北コミュニティセンターISTAはばたき、鹿ノ台ふれあいホール、図書館、南コミュニティセンターせせらぎ										
	——市民サービスコーナーは、6日(月)まで休業です。										
図書館・室	図書館(本館)、図書館北分館、図書館南分館、鹿ノ台ふれあいホール図書室、生駒駅前図書室(27日は臨時開室のため17:00まで)										
スポーツ・公園	生駒山麓公園(ふれあいセンター、野外活動センター、フィールドアスレチック)、花のまちづくりセンターふるーらむ										
体育館・武道館	生駒市体育協会総合S.C.・滝寺S.C.・高山S.C.・総合S.C.相撲場・滝寺S.C.武道館、TAC井出山スポーツパーク、むかいやま公園、小平尾南、北大和										
テニスコート	生駒市体育協会総合S.C.・滝寺S.C.・高山S.C.、TAC井出山スポーツパーク、むかいやま公園、イモ山公園、生駒山麓公園										
グラウンド・野球場	生駒市体育協会総合S.C.・滝寺S.C.・高山S.C.、北大和TAC井出山スポーツパーク、むかいやま公園、イモ山公園、小平尾南少年										
プール・ジム	井出山屋内温水プールTACきらめき										
自動車駐車場	生駒駅北地下、生駒駅南、ベルテラスいこま										
自転車駐車場など	生駒駅前、生駒駅南、撤去自転車保管倉庫										
その他	消費生活センター、人権文化センター、シルバー人材センター、水道事業事務所										
	テレワーク&インキュベーションセンターイコマド(27日は3階は17:00まで)										
	市民活動推進センターららポート、高山竹林園、男女共同参画プラザ										
	市営火葬場										

■その他の年末年始のお知らせ

コミュニティバス 「たけまる号」の運休

▷日程 12月28日(土)～1月5日(日)
▷対象の路線 全線(光陽台、門前、西畑・有里、北新町、萩の台、鹿ノ台、桜ヶ丘の各線)
圏事業計画課(内線2520)

コンビニでの証明書交付の停止

システムメンテナンスのため、全国のコンビニで住民票の写しなどの証明書を発行できません。注意してください。
▷日程 12月29日(日)～1月3日(金)
圏市民課(内線7064)

県・市広報紙(1月号)の配送日

毎月1日に発行している広報いこま「いこまち」1月号は1月6日(月)に発行します。また「県民だより奈良」も同日に配布担当者の皆さんに届けます。
圏広報広聴課

小さくはじめる

場づくり講座

全4回
無料

ご近所に、どんな場所が増えると幸せですか。
人に出会い、何気ない会話がはじまる場所。
いざというとき、支え合える関係が生まれる場所。
そんな場づくりを始めるための連続講座です。

▷対象

- ◇地域の居場所や関係づくりに関心がある人
- ◇地域の関係性を育む「何か」を始めたいと思っている人
- ◇新しいコミュニティづくりや関係づくりのためにできることを考えたい人

▷とき・内容 右表のとおり

▷ところ 市民活動推進センターららポート

▷定員 15人程度(抽選制。2歳～就学前の幼児の託児あり)

▷申込み・問合せ 12月22日(日)までに、申込フォームか電話で同センター(☎75-6000)



▲フォームはこちら

講師 柏木輝恵さん

NPO法人シミズシーズ事務局長。共感を集める持続可能な団体運営や市民の主体的な活動支援に、15年にわたり従事する。



とき	内容
令和7年 1月18日(土) 10:00～12:30	つくりたい「場」を伝え合おう 地域でどんな場や活動をつくりたいのか自分の気持ちを見つめ、参加者同士で共有します。地域で活動するときの考え方も学びます。
2月1日(土) 10:00～12:30	地域を知って、ニーズを探ろう 市内で多様な「場」を運営する人や市職員がまちの話題を提供します。地域の現状を多方面から見つめて、イメージを膨らませましょう。
日程自由	フィールドワーク 気になる居場所や活動を訪問しましょう。参加にあたってのコーディネートや活動の紹介は、相談に応じます。 ——交通費は実費が必要です。
2月22日(土) 10:00～12:00	場づくりの基本を学ぼう フィールドワークの気づきを共有してから、活動始めるために必要な場づくり・活動づくりのノウハウを学びます。
3月1日(土) 10:00～12:00	自分の活動を発表しよう これまでの学びを振り返って今後の展望を発表し、講師や参加者からフィードバックを受けます。これからの活動の1歩につなげましょう。

市民みんなで創る音楽祭



圖生涯学習課(内線3720)

市民の皆さんが企画・運営する、さまざまなジャンルの9公演が楽しめる音楽祭です。今回は、12月にチケット・整理券を販売・配布する2公演を紹介します。

——来場には公共交通機関を利用してください。

▷**チケット・入場整理券の販売・配布場所** 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、図書会館(高校生以下は無料ですが、整理券が必要)

■篠笛奏者 佐藤和哉 コンサート「古道～かなでの旅路」

篠笛奏者の佐藤和哉さんが、熊野古道を旅して感じた感動や尊い気づきから生まれた「かなでの旅路」から、「自然の雄大さ」「苦難を乗り越える忍耐」「先人



たちへの感謝」などのメッセージを込めた楽曲を、生駒の竹を生かした舞台でお届け。高山竹林園の職員による「お茶体験」や「篠笛体験」も同時開催します。

▷**とき・ところ** 2月11日(祝)16:00から(開場は15:00)、

北コミュニティセンターISTAはばたき

▷**費用** 1,000円(チケット・入場整理券は12月15日(日)10:00から販売・配布。全席自由席)

▷**問合せ** はあとbeat実行委員会の山口さん(☎090-6602-6176)

■齊藤清ヴァイオリンコンサート2024

ドイツの作曲家シューベルト

の「ピアノ三重奏曲第2番」を中心に、土居由枝(ピアノ)と宮田侑(チェロ)、齊藤清(ヴァイオリン)の演奏でお届けします。ベートーヴェンと同じ時代を生き、ロマン派の先駆けになったシューベルトの人生を作品とたどりませんか。



▷**とき・ところ** 2月23日(祝)14:00から(開場は13:00)、たけまるホール

▷**費用** 1,000円(チケット・入場整理券は12月22日(日)10:00から販売・配布。全席自由席)

▷**問合せ** 室内楽を楽しむ会の崎本さん(☎79-1053)

地域貢献や自身のスキルアップに

スマホサポーターを募集します

スマートフォンの使い方に不慣れな人に、ボランティアとして寄り添いながら教える「スマホサポーター」を募集します。スマートフォンの基本操作はもちろん、教え方も学べるので、初めてでも安心です。あなたのスキルや講座で学ぶスマートフォンの知識を生かして、地域の相談窓口で活躍してみませんか。——謝礼はありません。



スマホの知識を増やし、地域活動にも生かせます

▷**対象** 以下の条件に全て当てはまる人

- ①市内に住むか市内へ通勤・通学している18歳以上
- ②日常的にスマートフォンを使用し、使い方などを教えることに興味がある
- ③講座(全4回)と体験実習に参加できる

▷**とき**

◇講座…令和7年1月30日(木)、2月6日(木)・13日(木)・27日(木)、10:00～15:30

◇体験実習…3月5日(水)か6日(木)、10:00～14:00(どちらか1日に参加)

▷**ところ** 市役所他(詳しくは受講者にお知らせ)

▷**必要品** 普段使用しているスマートフォン

▷**定員** 10人程度(抽選制)

▷**費用** 無料

▷**申込み・問合せ** 1月9日(木)までに、市ホームページの申込フォームから、デジタルイノベーション推進課(内線4311)



▲申込みはこちら

活動までの流れ 3STEP

1 講座に参加

スマホの基本操作や、よく聞かれることの解決方法を学びます。



2 体験実習に参加

スマホ相談窓口を開催して、実際に教え方を体験します。



3 スマホサポーターとして活動

4月から1年間、スマホ相談窓口で月1回程度、ボランティアとして活動します。



催し・講座



レッツ・エンジョイ・イングリッシュ

ネイティブの先生と歌やゲームで、楽しく英語を学びましょう。

▽対象 市内に住む年中～年長児にあたる幼児(要保護者同伴)

▽とき・ところ 令和7年1月15日(水)13時30分～14時30分、小平尾南児童館

▽定員 12人(申込順)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月6日(金)～20日(金)に、住所・氏名、電話番号を明らかにして、電話か直接、同館(☎77・6955)

生駒山麓公園のイベント

▽ところ・申込み・問合せ 12月9日(月)9時から、電話で同園(☎73・8880)

天体観測&焚き火

惑星チャレンジ

1月の星空はとてもぜいたくです。星空案内人と惑星がいくつ観えるかに挑戦。ホットド



リンクを飲みながらたき火を囲んで天体観測をしましょう。

▽とき 令和7年1月11日(土)17時30分～19時

▽必要品 厚めの防寒着

▽定員 30人(申込順、小学生以下は要保護者同伴)

——雨天中止は当日13時に判断します。

▽費用 1人1800円(ドリンク付き、2歳以下は無料)

——オプショで、マシムマロやソーセージ(各200円)もあります。

焚き火を作ろう！

薪割りから体験できる本格火おこし体験に参加しませんか。キャンプを始めた人や気軽にたき火をしたい人にもピッタリです。

▽とき 1月11日(土)・18日(土)、15時30分～17時

▽定員 各10組(申込順、1組4人まで)

生駒市史関連講演会

生駒の幕末維新

▷とき・ところ 令和7年2月1日(土)13:00～16:30頃(開場は12:30)、図書館会館

▷内容

◇京都大学人文科学研究所所長・教授の岩城卓二さんによる「大身旗本の知行所支配」

◇安堵町歴史民俗資料館元館長の橋本紀美さんによる「幕末の生駒と伴林光平」

◇元天理大学文学部教授の谷山正道さんによる「薩摩藩・長州藩と生駒の人々」

——講演後、登壇者の皆さんによる座談会も行います。

▷必要品 筆記用具

▷定員 200人(申込順)

▷費用 無料

▷申込み 12月6日(金)～1月28日(火)に、市ホームページの申込フォームからか、直接、市内5図書館・室

▷問合せ 図書館市史編さん室(☎75-5000)



▲申込みはこちら

——雨天中止は当日9時に判断します。

▽費用 1組3000円(同日のイベント参加者は1組2000円)

——キャンセルの場合は、前日17時以降は全額、前々日17時以降は半額のキャンセル料がかかります。

秘密基地をつくろう！

自然の中で木の枝や葉っぱを集めて秘密基地を作りまし



よう。ノコギリの使い方もマスターできます(身近な物で備える防災体験も可能)。

▽とき 1月18日(土)13時30分～15時

▽必要品 動きやすい服装

▽定員 15人(申込順、小学生以下は保護者同伴。最少開催人数5人)

——雨天中止は当日9時に判断します。

▽費用 1人1500円

聞こえのサポーター講座
～筆談を学びませんか～

聴覚障がいを理解し、中途失聴者・難聴者を支援する筆談ボランティアを養成します。難聴者体験談や場面ごとの筆談の仕方などを学びます。

▽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 令和7年1月14日(火)～2月25日(火)の毎週火曜日(全6回)、13時30分～15時30分、福祉センター

——生駒駅・東生駒駅から無料送迎バスがあります。

▽定員 10人(抽選制。最少開催人数5人)

▽費用 500円

▽申込み・問合せ 12月20日(金)までに、電話かファクス、メールで郵便番号、住所、氏名・ふりがな、電話・ファクス番号を明らかにして、同センター(☎73・0700、FAX73・0294、fukusi-center@kc.jp)

ゼロからのデッサン入門

サクラアートサロン講師の
沖田進さんによるデッサン講
座。基本から楽しく学びます。

▽とき・ところ 令和7年1
月11日(土)・25日(土)、2月8日
(土)・22日(土)、3月8日(土)・22
日(土)、10時～12時、芸術会館
美楽来

▽必要品 りんご1個、HB
鉛筆、練りゴム、消しゴム、テ
ィッシュ

▽定員 20人(抽選制)

▽費用 1万2600円(全
回分)

▽申込み・問合せ 12月12日
(木)～17日(火)に、申込フォー
ムかファクスに郵便番号、住
所、氏名、電話番号、メール
アドレス、講座名を書いて、
同会館(☎74・
1101、FAX
74・1220)

初心者のための モデルデッサン

朝日カルチャーセンター講
師の岡田久美子さんによる人
物デッサン講座です。

▽とき・ところ 令和7年1
月14日(火)・28日(火)、2月25日

(火)、3月11日(火)・25日(火)、10
時～12時、芸術会館美楽来

▽必要品 HB鉛筆、練りゴ
ム(消しゴムでも可)

▽定員 20人(抽選制)

▽費用 1万3500円(全
回分)

▽申込み・問合せ 12月13日
(金)～18日(水)に、申込フォー
ムかファクスに郵便番号、住
所、氏名、電話番号、メール
アドレス、講座名を書いて、
同会館(☎74・
1101、FAX
74・1220)

▲申込みは
こちら

米團治吉弥二人会

人気落語家の桂米團治さん
と桂吉弥さんによる落語会で
す。

▽とき・ところ 令和7年3
月15日(土)14時開演(開場は



桂吉弥さん(左)と桂米團治さん

13時30分)、たけまるホール
——公共交通機関を利用し
てください。

▽費用 前売3800円、当
日4300円(全席指定、未
就学児入場不可)

——入場券は12月14日(土)10
時から、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、南コミュニティセ
ンターせせらぎ、図書館
で発売します(プレイガイド
はチケットぴあ、Pコードは
528910)。

▽問合せ たけまるホール(☎
75・0101)

生駒市立病院公開医療講座

▽ところ・問合せ 同院(☎72・
1111)

▽費用 無料

▽とき 12月12日(木)14時～15
時

◇透析室看護師の小野志保さ
んによる「糖尿病とがん」

◇理学療法士の鈴木大剛さん
による「糖尿病の運動療法
について」

■放射線技師の知念希学さん
による「骨密度ってなに？」



楽しくてお洒落な水彩画

▽とき 12月27日(金)14時～15
時

画家の平野遊さんによる、初
心者でもすぐに始められる水
彩画講座。経験者には、より深
い指導もします。

▽とき・ところ 令和7年1
月7日(火)、2月4日(火)、3月
4日(火)、13時～15時、芸術会
館美楽来

▽必要品 水彩用具(筆・パレ
ット・絵の具・筆洗いなど一
式)、水彩用スケッチブック、
2B鉛筆、消しゴム

▽定員 20人(抽選制)

▽費用 6000円(全回分)

▽申込み・問合せ 12月10日
(火)～15日(日)に、申込フォー
ムかファクスに郵便番号、住
所、氏名、電話番号、メール
アドレス、講座名を書いて、
同会館(☎74・
1101、FAX
74・1220)

▲申込みは
こちら

落語家生活15周年 桂三語落語会

桂三語さんが落語家生活15
周年を迎えました。ゲストに月
亭八方さん、桂文路郎さんを
招いて、落語の世界を堪能しま
す。

▽とき・ところ 令和7年2
月23日(祝)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。

▽費用 1500円(全席自
由席)

——入場券は12月7日(土)
10時から南コミュニティセ
ンターせせらぎ、北コミュニ
ティセンターI S T Aはば
たき、たけまるホール、鹿ノ
台ふれあいホール、図書館
館、芸術会館美楽来で発売
します。

▽問合せ 南コミュニティセ
ンターせせらぎ(☎77・00
01)



桂三語さん(左)と
月亭八方さん

ミュージアムで お正月遊び♪

書き初めや囲碁、生駒の魅力が分かる「いこまカルタ」、百人一首、コマ回し、ゲーム「かりうち」など、正月ならではの遊びをわいわい楽しみましょう。

▽とき・ところ 令和7年1月12日(日)13時～16時、生駒ふるさとミュージアム

▽費用 無料(参加者には餅花をプレゼント、無くなり次第終了)

▽問合せ 同ミュージアム(☎71・7751)

ミュージアム講演会 「灯りの話あれこれ」

灯火が主な光源だった戦前の生活。生駒市史執筆委員の橋本紀美さんが、灯りに関する歴史や文化の話をします。

▽とき・ところ 12月14日(土)14時～15時30分、生駒ふるさとミュージアム

▽定員 40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 12月6日(金)～13日(金)に、氏名、電話番号を明らかにして電話か

号を明らかにして電話か

アクセス、メール、直接、同ミュージアム(☎71・7751、FAX71・7752、info@ikoma-museum.jp)

生駒民俗会の講座

同会会長の今木義法さんによる講座「元町・本町の昔の賑わい」。駅前通りの古い図面などを参考に、昔の街の様子を学びます。

▽とき・ところ 12月15日(日)10時～12時、生駒ふるさとミュージアム

▽定員 40人(当日先着順)

▽費用 500円

▽問合せ 同会(☎050・3332・5626)

奈良盆栽会 盆栽勉強会

盆栽の剪定や植え替えなどを勉強します。盆栽愛好家も、これから盆栽を始めようと思っている人も楽しみましょう。

▽とき・ところ 12月15日(日)9時～12時、芸術会館美楽来

▽必要品 愛盆・はさみ(持っている人だけ)

▽定員 5人(申込順)

——空きがあれば当日参加も可能です。



12月18日(水)開催！ 「いこまレストラン」に 参加しませんか

市内の農業者と飲食店、市民をつなぐ1日だけの特別なお食事会で、生駒産野菜を生かした料理をおいしく食べて市内の農業者を応援しませんか。今回は「パリワール村(鹿畑町)」で開催。野菜をたっぷりと使ったネパール料理で、リピーターも多い人気店です。どんな料理ができるのか、お楽しみに。

▷対象 当日の様子を撮影し、自身のSNSに投稿できる18歳以上(高校生除く)

▷とき・ところ 12月18日(水)11:30から3時間程度、パリワール村

▷定員 10人(予定。抽選制)

▷費用 500円

▷申込み 12月8日(日)までに、市ホームページの申込フォームから

▷問合せ 農林課(内線2161)



▲過去の様子は
こちら



▲申込みは
こちら

モニターは、随時募集中！

生駒産野菜を味わうモニターを募集しています。イベント当日は試食会の他、生駒の農業について学ぼうワークショップも開催。また、1度抽選に外れても、次回以降の開催時に事前にメールで連絡します。

企画展示室「お正月展示」

正月遊びの定番であるカルタや羽根つき、たこ揚げのたこなど、遊びに使う道具にまつわる歴史や縁起物としての意味、豆知識を紹介します。

▽とき・ところ 12月10日(火)～令和7年1月19日(日)、9時～17時(最終入館は30分前、月曜日は休館)、生駒ふるさとミュージアム

▽費用 無料

NAISTサイエンス塾

「光と海の波の共通点 温めたチーズから見えるもの」をテーマに、光の伝わり方や特徴を学習。光の速さを、電子レンジで温めたチーズで学びます。

▽対象 小学生(要保護者同伴)

▽とき・ところ 令和7年1月11日(土)、①10時～11時②11時30分～12時30分③13時30分～14時30分、高山サイエンスプラザ

▽定員 各回12人(抽選制)

▽費用 500円

▽申込み・問合せ 12月18日(水)までに、はがきかファクス、メールに、住所、氏名・ふりがな、学校名、学年、メールアドレス、電話・ファクス番号、希望時間帯(第3希望まで)、「147回サイエンス塾」と書いて、奈良先端科学技術大学院大学支援財団(〒630-0101 高山町8916-12、☎72・5815、fax2@science-plaza.naist.jp、当選通知は12月27日(金)までに実施、落選通知はなし)

いこま未来Lab 最終報告会

本市をフィールドに、高校生と大学生、地域の大人がいっしょになって、地域で活動し



ている団体の課題を解決する「第4期いこま未来Lab」の最終報告会を開催。2チームがこれまでの成果を発表します。

▷とき・ところ 12月22日(日)13:00~14:30(予定)、コミュニティセンター

▷発表するプロジェクト

①生駒台自治会チーム…自治会館を「学生と地域がつながる場」「学生がやってみたいことを実現できる場」にするため、学生主催のイベントを開催

②しおのめハウスチーム…民泊施設「しおのめハウス」を訪れた人がまちの魅力や地域の人・文化に触れる機会をつくるとともに、「また来たい」と思ってもらえるように、市内の風景を印刷したポストカードを作成・配布

▷申込み・問合せ 12月18日(水)までに、市ホームページの申込フォームから、地域コミュニティ推進課(内線2061)



▲詳しくはこちら

日本おもちゃ病院協会認定のおもちゃドクターが、おもちゃを修理します。
——高機能・美術的なものや骨董など、引き受けられないものや修理に時間がかかるものがあります。
▷とき・ところ 12月19日(木)、令和7年1月16日(木)、2月

壊れたおもちゃを修理 おもちゃの病院を開院

75・0151
▲フォームはこちら



▲フォームはこちら

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

▷とき・ところ 12月15日(日)13時~16時、なら1000年

会場(奈良市三条宮前町)

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

ちよこっと囲碁
3歳から大人まで

初心者でも簡単に楽しめるミニ囲碁体験で、右脳を活性化させよう。



▲詳しくはこちら

▽とき・ところ

◇南コミュニティセンターせらぎ: 12月11日(水): 18日(水)、令和7年1月8日(水): 15日(水): 22日(水)、2月5日(水): 12日(水): 19日(水)、14時30分~17時

◇北コミュニティセンターISTAはばたき: 12月14日(土): 21日(土)、1月11日(土): 18日(土)、2月15日(土)、9時30分

◇図書会館: 12月7日(土)、2月1日(土)、9時30分~11時30分

◇市民活動推進センターらぽーと: 12月21日(土)、1月25日(土)、2月22日(土)、12時30分~14時30分

◇たけまるホール: 1月17日(金)、2月21日(金)、12時30分~14時30分



ボランティア・地域活動 はじめての一步

ボランティアや地域活動の基礎を学びましょう。ボランティアコーディネーターが、一人ひとりの希望に合った今後の活動もいっしょに考えます。

▽対象 ボランティアや地域活動を始めたい人・知りたい人

▽定員 各10人(申込順)

▽費用 2000円

▽申込み・問合せ 12月6日(金)から、電話で囲碁のまち生駒プロジェクトの辻内さん(☎090・9994・7671)

▷とき・ところ

◇対面開催: 12月12日(木): 23日(日)、10時~11時、市民活動推進センターらぽーと

◇オンライン開催: 令和7年1月8日(水)18時30分~19時30分、25日(土)15時~16時

——オンラインビデオ会議システム「Zoom」を使用します。

▽費用 無料(要事前申込)

▽申込み・問合せ 各開催日の2日前までに、市ホームページの申込フォームか電話、ファクスで住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレス、希望日時を明らかにして同センター(☎75・6000、☎75・0151)へ

▲フォームはこちら



▲フォームはこちら

拉致問題を考える講演会と コンサートのごい

蓮池薫さんによる講演「『拉致問題と人権』」

『拉致問題と人権』と『拉致問題解決』のウソと解決の『期限』と奈良市立富雄中学校などによる演奏です。

▷とき・ところ 12月15日(日)13時~16時、なら1000年

会場(奈良市三条宮前町)

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ 近畿ブロック人権擁護委員連合会事務局(☎06・6942・1196、✉rachi.nara100@outlook.jp、電話は平日9時~17時)

——主催は、全国人権擁護委員連合会や近畿ブロック人権擁護委員連合会、法務省、大阪法務局、奈良地方方法務局です。



▲詳しくはこちら

イコリューム 在住外国人 人の交流と相談のスペース

外国にルーツを持つ人々が、気軽に集まって交流や相談ができる場です。こどもたちの学習支援も行います。おしゃべりや、お茶だけでも歓迎です。

▽とき・ところ 令和7年1月8日(水)15時～19時、市民活動推進センターらぽーと

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ NPO法人いこま国際交流協会(☎090・3622・8362、✉entry@ikoryu.net、電話は夜間だけ)

第29回トーク&ライブひだまりクロバー2024

金関環さんによるバイオリンコンサートとゲストシンガー山尾賀洋子さんと手話サークル「カンナ」のコラボレーションライブを行います。

——精神障がいを持つ当事者のステージ発表も行います。

▽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 12月21日(土)13時30分～16時15分(受付

は13時から)、コミュニティセンター

▽定員 200人(当日先着順)

▽費用 1000円(18歳以下、障がい者手帳を提示した場合は無料)

▽問合せ コミュニティスペースはな(☎73・1050、☎73・1054、9時～17時)——手話通訳や要約筆記が必要な人は、1週間前までに連絡してください。

第33回日本画・水墨画「新春展」と作品の募集

▽問合せ 生駒市日本画協会事務局の山本薫さん(☎78・5458)

■新春展

同協会会員と一般の皆さんによる日本画や水墨画、墨彩画の作品展です。

▽とき・ところ 令和7年2月5日(水)～9日(日)、10時～17時(9日は15時まで)、芸術会館美楽来

——公共交通機関を利用してください。

▽費用 無料(申込不要)

■作品募集

新春展に展示する日本画・

水墨画を募集します(搬入は2月4日(火)13時から、搬出は2月9日(日)15時から)。

——サイズは、8～50号の作品。ガラスを使用せず、額装と軸装で吊り紐を付けてください。応募は1人1点ですが、20号以下は2点出品できます。

▽対象 18歳以上

▽出品費用 1人1000円

▽申込み はがきに住所、氏名、電話番号、日本画、水墨画のいずれか、号数、画題を書いて、1月21日(火)(必着)までに同協会事務局の山本薫さん(〒630・0111

2、鹿ノ台東1丁目2-13)

いこまファミリー吹奏楽団 第6回ハピネス・コンサート

生駒市民吹奏楽団の同楽団によるクリスマスコンサート。

クリスマス曲目と「Bring-Bang-Born」カーペンターズ・フォーエバー」などです。

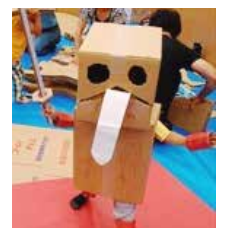
▽とき・ところ 12月22日(日)14時から(開場は13時30分)、北コミュニティセンターIST Aははたき

▽定員 450人(予定。当日

先着順、未就学児も入場可)▽費用 無料

パパとダイナミック 段ボール遊び！

段ボールだらけのダイナミックで特別な体験をパパといっしょにしましょう。巨大なブロックを使ったお城作りをしたり、ドミノ倒しをしたり。工作体験では、おうちや車作りに挑戦します。



▷対象 5歳～小学3年生のこどもと父親
▷とき・ところ 令和7年1月25日(土) 9:30～12:00、コミュニティセンター
▷定員 18組36人(申込順)
▷費用 無料
▷申込み・問合せ 12月10日(火)から、市ホームページの申込フォームから、男女共同参画プラザ(☎75-0237)——こども政策課と共催です。



竹林の手入れに 参加してみませんか

放置竹林の整備をします。整備後の竹林で春にたけのこ採りも予定しています。

▽対象 放置竹林に関心のあ



▽問合せ 同楽団の籠本さん(☎080・5307・2522、✉ikomafamiliar.w@gmail.com)

▽とき・ところ 12月11日(水)、令和7年1月18日(土)、2月22日(土)、9時から(3時間程度)、高山窪田竹林(高山町)

▽必要用品 軍手、動きやすい長袖・長ズボン、靴(長靴も可)

▽定員 5人(申込順)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月8日

(日)から、メールに住所、氏名、年齢、電話番号、参加日を書いて、いこま里山クラブの赤地さん(☎090・9160・7456、✉kiakachi@gmail.com)

体力に変化を感じる人の
健康術&ゆるリンパ体験会

健康が気になるけど運動が
苦手な人向けに、動きやすい快
適な身体を目指して自分で安
心して行える健康術を紹介し
ます。

▽対象 女性

▽とき・ところ 12月24日(火)
10時~12時、南コミュニティ
センターせせらぎ

▽必要品 バスタオル

▽定員 10人(申込順)

▽費用 無料

——11時からのレッスンに
参加する場合は500円が
必要です。

▽申込み・問合せ 12月19日
(木)までに、申込フォームかメ

ールに氏名、電話番号を書
いて「mamabeautynaviの
大本さん(☎0800-144
5-5176、
✉nara@yuru
lymph.com)
▲申込みは
こちら



フェリス・アーク
FELICIARC vol.1

サクソフォーン・声楽・ピア
ノの3人による演奏会。ソロ・
トリオなどクラシックを中心
にしたプログラムです。プロの
演奏も無料で楽しめます。

▽とき・ところ 令和7年1
月5日(日)13時30分(開場は
13時)、南コミュニティセン
ターせせらぎ

▽定員 300人(申込順)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 1月4日

(土)までに、メールで「FELICI
ARC実行委員会の佐村さん
(✉mikako.saxophone@g
mail.com)

生駒のボーイ・ガールスカ
ウトと一緒にとんど体験！

滝寺で、「火祭り(とんど)」
を行います。昔ながらの体験を
して、1年間の無病息災を願
いませんか。とんどの後は豚汁
で温まりましょう。

▽対象 年長児にあたる幼児
・小学6年生と保護者

▽とき・ところ 令和7年1
月13日(祝)10時30分~14時、
滝寺集合・解散

——集合場所の詳細は参加
者に連絡します。

▽必要品 しめ飾り・祝箸・書

き初めなど、たき上げるもの
(ある人だけ)、餅、飲み物

▽定員 15組(申込順)

▽費用 1人300円(保険
料含む)

▽申込み・問合せ 12月6日
(金)~20日(金)に、申込フォー
ムから、生駒市スカウト協議
会の廣本さん(☎0900-9
059-27
71、電話は
15時以降)



——中止の場合は当日7時
までに決定し参加者に連絡
します。

野外でスイートクリスマス
ボーイスカウト生駒第4団

ゲームをしたり、石窯でデ
ザートピザや、おやつを作った
りして、みんなで楽しく過ごし
ましょう。

▽対象 年長児にあたる幼児
・小学2年生(要保護者同
伴)

▽とき・ところ 12月22日(日)
9時30分~12時(受付は9
時15分から。雨天決行)、同
団キャンプ場(あすか野小学
校西側)

▽必要品 軍手、飲み物、食器

▽定員 10組(抽選制)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月14日
(土)までに、電話かメールでア
レルギーの有無を明らかに
して同団の中岡さん(☎78・
0831、✉
bs_ikoma4@
yahoo.co.jp)
▲申込みは
こちら



——できるだけメールで申
し込んでください。

ガールスカウト

奈良県第22回クリスマス会

クリスマスにまつわる謎解
きなどのゲームや宝探し、絵本
の読み聞かせを実施。スカウ
トと異学年の交流も楽しみま
しょう。

▽対象 年長児にあたる女児
・小学6年生の女児(要保
護者同伴)

▽とき・ところ 12月15日(日)
13時~15時、南コミュニティ
センターせせらぎ

▽必要品 飲み物

▽定員 10組(抽選制)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月7日
(土)までに、フォームから同団
の松村さん(☎
0900-986
8-8307)
▲フォーム
はこちら



先生の仕事、やってみませんか？
いこま教師塾開校！

「学校の仕事に興味があるけど本当
にできるかな」「職場はどんな雰囲気
だろう」そんな声を受けて「いこま教師
塾」を開校します。学生時代に教員免
許状を取ったけれど教員としては未経
験の人やブランクのある人、免許更新
をせずに失効している人(免許状は復
活できます)、皆さん歓迎です。

▷対象 小・中学校、高等学校のいづ
れかの教育職員免許状を持ってい
る人か、学校で講師をしている人や
支援員などをしていて講師に興味が
ある人

▷とき(1回から参加可)

◇12月9日(月)13:20~15:25
◇12月14日(土)13:00~15:10
◇令和7年1月14日(火)13:00~15:10
◇2月1日(土)13:00~15:10
◇2月22日(土)13:00~15:30
——各回内容は異なります。

▷ところ コミュニティセンター、市
内小・中学校など

▷定員 各回15人(抽選制)

▷申込み・問合せ 各回の2
日前までに、市ホームペー
ジの申込フォームから、教
育政策室(内線2731)



生駒市華道協会の 正月いけ花講習会

正月のいけ花講習会(若松、
万年青、自由花)を行います。

▽とき・ところ 12月26日(木)
10時～12時(受付は9時30
分から)、芸術会館美楽来、
北コミュニティセンターI
STAはばたき

▽必要品 花器(水盤・寸胴、
花ばさみ、剣山(大)、ビニ
ール袋、雑巾、新聞紙、軍手
▽定員 各会場15人(申込順)
▽費用 3300円

▽申込み・問合せ 12月8日
(日)～20日(金)(必着)に、往復
はがきに住所、氏名・ふりが
な、電話番号、希望の会場名、
内容を書いて同協会の三宅
さん(〒630-0121、
北大和1-30-5、☎78・66
20)

中学生人権作文表彰式と 人権のつどいin大淀

全国中学生人権作文コンテ
ストの県大会表彰式や花吉野
混声合唱団・下市混声合唱団
の合同演奏、大淀中学校吹奏
楽部の演奏などを行います。

——未就園児も入場できます。

▽とき・ところ 12月8日(日)
13時～15時50分、大淀町文化
会館(吉野郡大淀町)

▽問合せ 奈良地方事務局ホ
ームページからか同局人権
擁護課(☎0742・23・5
457、平日8時30分～17
時15分)

——奈良県人権啓発活動ネッ
トワーク協議会の主催です。

毛筆で「かきぞめ」 リハーサル

大きな紙で新年の「かきぞ
め」のリハーサルを楽しみま
しょう。

▽とき・ところ 12月8日(日)
～22日(日)(要相談)、土井伶
アトリエ(喜里が丘)

▽必要品 書道道具一式
▽定員 各日20人(申込順)
▽費用 1000円(材料代)

▽申込み・問合せ 12月8日
(日)～20日(金)に、電話で生駒市
書道協会の土井さん(☎74・
6569)



スポーツ



スポーツ教室

▽費用 無料(申込不要)

▽問合せ (二財)生駒市スポ
ーツ協会(☎73・8822)

▽対象 市内に住むか市内へ
通勤・通学している18歳以
上の女性(高校生は除く)

▽とき・ところ 令和7年1
月10日・17日・24日・31日、2
月7日・14日・21日・28日(い
ずれも金曜日)、9時30分～
11時30分、生駒市体育協会
滝寺S.C.体育館

▽指導 市ソフトテニス協会
員

▽必要品 体育館シューズ
▽小学生ハンドボール
▽対象 市内に住むか市内へ
通学している小学生

——未経験者も歓迎します。

▽とき・ところ
◇9時30分～11時30分：1月
12日(日)・19日(日)・26日(日)、2
月2日(日)・9日(日)・16日(日)
◇9時～18時：2月23日(祝)

——1月19日は滝寺S.C.体
育館、その他の日は総合S.C.

道路凍結にご注意を!

降雪や凍結によるスリップ事故など
を防ぐため、主要な市道に、融雪剤を配
置しています。適宜利用してください。

▷設置場所 右の二次元コードを読み
取るか市ホームページの地図情報閲
覧サービスで確認してください。

▷使用方法

◇1㎡に対し、大人の片手一握り分程度の融雪剤
を散布します。

——まきすぎると融雪剤が溶けずにスリップの
原因になることがあるので注意してください。

◇人や動物に無害ですが、傷などに触れると刺激
痛があり、皮革類につくと脱水作用で、ひびが
入り、金属類につくと酸化し、黒ずむことがあ
ります。散布時はゴム手袋、ゴム長靴などを着
用してください。



▲詳しくは
こちら

自主学習グループ



新春オールスターぼちぼち

生駒で活躍するアマチュア
バンドの祭典です。

▽とき・ところ 令和7年1
月5日(日)10時～17時、鹿ノ
台ふれあいホール

▽定員 50人(申込不要)

▽指導 市ハンドボール協会
員

▽必要品 体育館シューズか
上靴

▽費用 無料
▽問合せ トイロ(十人十色)
の渡辺さん(☎090・30
32・2987)

沖縄の風を感じる琉球舞踊

古典や創作の舞踊を楽しく
踊ります。

▽とき・ところ 12月13日(金)
14時30分～15時30分、図書
会館

▽必要品 飲み物、靴下
▽定員 15人(申込不要)

▽費用 無料
▽問合せ ユウナ琉球舞踊サ
ークルの大塚さん(☎09
0・6739・0993)

閤管理課(内線2471)

浄化槽は維持管理がたいせつです

浄化槽は、正しい使い方と適正な維持管理を行わなければ、機能が低下し、悪臭や水質汚濁の原因となります。浄化槽の管理者(使用者)は、下表のとおり法律で義務付けられた保守点検、清掃、水質検査を定期的に行ってください。

——浄化槽を1年以上使用しない場合は、浄化槽使用休止届出書を提出すると、保守点検・清掃・水質検査の義務を免除できます。



▲詳しくはこちら

▽問合せ 下水道課(内線3561)

項目	目安	問合せ
水質検査 (第7条検査)	使用から3～8か月 後(設置後1回だけ)	奈良県 環境保全協会 (☎0745-22-5161)
定期検査 (第11条検査)	毎年1回	
清掃	毎年1回以上	生駒市清掃社 (☎70-0845)
保守点検	毎年3回以上	下水道課 (内線3561)



◆その他必要とする書類
——添付する証明書類は、3か月以内に発行されたものに限り、申請要領や指定の様式は同センターで配布する他、市ホームページからもダウンロードできます。

▽申込み・問合せ 12月2日(月)～令和7年1月10日(金)に

◆生駒市体育協会滝寺S.C.
：体育館、会議室、多目的室
テニスコート(ソフトテニス含む)、武道館、グラウンド
◆北大和：体育館、会議室、グラウンド、野球場
◆小平尾南：体育館、会議室、グラウンド
◆TAC井出山スポーツパーク：体育館、会議室、グラウンド、テニスコート
◆むかいやま公園：体育館、グラウンド、テニスコート
◆生駒市体育協会高山S.C.

▽申込み・問合せ 市ホームページからダウンロードするか防災安全課で配布する届出書に必要事項を書いて、直接、同課(内線3121) ▲詳しくはこちら

「子ども110番の家」のボランティア募集中
犯罪などの被害に遭いそうになった子どもを保護し、警察や学校へ連絡するなど、地域でこどもの安全を守るボランティア活動です。

鹿ノ台英語サロン公開講座

ネイティブの講師と楽しく学びましょう。

▽とき・ところ 12月16日(月) 10時～12時、鹿ノ台いきいきホール

▽定員 15人(申込不要)

▽費用 無料

▽問合せ 鹿ノ台英語サロンの渡辺さん(☎090・3032・2987)

新年の初かるた

百人一首のちらし取りと競技かるたの練習会です。

▽とき・ところ 令和7年1月11日(土) 13時～16時45分、図書館

学校給食用物資納入業者登録申請を受け付けます

学校給食センターが発注する学校給食用物資の納入に必要な申請を受け付けます。今回

募集



月11日(土) 13時～16時45分、図書館

▽定員 15人(申込不要)

▽費用 無料

▽問合せ 生駒かるた会の平松さん(☎74・6765・21時～22時)

は、令和7年度から2年度有効となる更新年度の申請です。

▽提出書類

◆学校給食用物資納入業者登録申請書など指定する書類
◆食品衛生監視票の写し
◆営業許可証の写し(営業に
関し法令上の許可または認
可を必要とする場合)

◆最新の納税証明書の写し

◆商業登記簿謄本の写し(破産宣告などを受けていない証明書の写し)

◆印鑑証明書の写し(鮮明なものに限る)

◆施設の所在図と施設の平面図など

◆その他必要とする書類

必要書類を直接、同センター(☎73・3141)

生駒市体育施設の年間使用予約の受付

▽対象 令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)に国際・全国・近畿・奈良県大会、全地域対象の大会など大規模な行事の開催を予定し、準備などに長時間必要な団体

——今回の対象団体以外は、使用日の2か月前から各体育施設で受付できます。

▽対象施設

◆生駒市体育協会総合S.C.
：体育館、会議室、グラウンド、相撲場、テニスコート

◆生駒市体育協会滝寺S.C.
：体育館、会議室、多目的室
テニスコート(ソフトテニス含む)、武道館、グラウンド

◆北大和：体育館、会議室、グラウンド、野球場

◆小平尾南：体育館、会議室、グラウンド

◆TAC井出山スポーツパーク：体育館、会議室、グラウンド、テニスコート

◆むかいやま公園：体育館、グラウンド、テニスコート

◆生駒市体育協会高山S.C.

◆生駒山麓公園テニスコート(A・B・Cコートだけ)

▽申込み・問合せ 12月20日(金)までに、申込書に必要事項を書いて、直接、(一財)生駒市スポーツ協会事務局(☎73・8822)

——申込書は、スポーツ振興課でも配布しています。県大会以上の行事は、前回の開催要項など、大会の内容が分かる書類が必要です。

◆イモ山公園：グラウンド、テニスコート

◆生駒山麓公園テニスコート

▽申込み・問合せ 12月20日(金)までに、申込書に必要事項を書いて、直接、同課(内線3121) ▲詳しくはこちら

◆生駒市体育協会高山S.C.

◆生駒山麓公園テニスコート

◆イモ山公園：グラウンド、テニスコート

◆生駒市体育協会高山S.C.

子育て・教育



幼稚園預かりなどの無償化には手続きが必要です

▽対象 幼稚園・認定こども園・認可外保育施設などを利用し、保育の必要性がある3～5歳(住民税非課税世帯は0～2歳も対象)の児童が3歳となった後の4月1日～小学校入学前の3年間

△**支給額**
◇幼稚園・認定こども園：月額上限1万1300円、0～2歳の住民税非課税世帯は月額上限1万6300円
——利用日数に応じて月額の上限額は変動(450円×利用日数)します。
◇認可外保育施設：月額上限3万7000円、0～2歳の住民税非課税世帯は月額上限4万2000円



▽必要書類 子育てのための施設等利用給付認定申請書(様式その2)に、個人番号確認書類・保育の必要性を認定するための書類(認可外保育施設利用の場合は、「保育所等利用申し込みの不安に係る理由書」も併せて必要)を添付

▽申込み・問合せ 令和7年4月1日認定希望の場合は、2月21日(金)までに、直接、幼保こども園課(内線2761)

——申請書は市ホームページからダウンロードできる他、同課でも配布します。

子育てのお手伝いしてみませんか

送迎や預かりなど、子育ての手助けがほしい人と、サポートができる人(援助会員)をつなぐ、ファミリー・サポート。援助会員を募集します。

▽**対象** 市内に住む20歳以上で、心身ともに健康で子育てを応援したい人

▽**とき・ところ** ①令和7年1月10日(金)9時30分～11時30分②3月6日(木)9時30分～11時30分、子育て支援総合センター



合センター

——①②のいずれかを受講してください。

▽費用 無料

▽**申込み・問合せ** 各開催日の前日までに、電話でファミリー・サポート(☎73・55552)

ファミリー・サポート 子育てスキルアップ講座

①市看護職員による講座「小児看護の基礎知識」②東大阪短期大学講師による講座「保育のこころ」を開催します。

▽**対象** 市内に住む子育て中の人や子育てを応援したい人、ファミリー・サポート会員

▽**とき・ところ** 令和7年1月31日(金)、①9時30分～11時30分②13時～15時、子育て支援総合センター

▽**定員** 40人(申込順。生後4か月から託児あり、5人まで)

▽**費用** 無料

▽**申込み・問合せ** 12月6日

健康・福祉



お酒の悩みを相談しませんか

生駒断酒会による無料の個別酒害相談です。

▽**対象** 「お酒をやめたいが、やめられない」「家族の飲酒で悩んでいる」など、お酒の悩みがある人や家族(家族だけでの参加も可)

▽**とき・ところ** 令和7年1月10日(金)、3月14日(金)、10時～15時、セラビーいこま

▽**申込み・問合せ** 各開催日の前日までに、電話で健康課(☎75・2255)

献血に協力してください

輸血用血液には有効期限があり、長期保存できません。輸血による副作用が少なくなる400mlの献血に協力をお願いします。

市税コーナー

11・12月は市・県税の一斉滞納整理強化期間

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(市税は納付もできます)。

▷**とき・ところ・問合せ** 12月22日(日)8:30～17:00、収税課(内線7172)

12月は市県民税第4期分・国民健康保険税第6期分の納付月です。納期限(令和7年1月6日/月)までに納付してください。

います。

▽**400ml献血ができる人**
男性は17～69歳、女性は18～69歳で、体重が男女とも50kg以上の人(65～69歳の人は、60～64歳のときに献血経験がある人だけ)

——妊娠中や授乳中の人、6か月以内に妊娠していた人、病気がかかっている人などは献血できません。

▽**とき・ところ** 令和7年1月9日(木)、9時30分～12時・13時15分～16時、市役所

▽**問合せ** 健康課(☎75・2255)

令和7年4月から

りそな銀行窓口で、市税の一部や 公金が納付できなくなります

同行は、本市発行の納付書による市税(市県民税特別徴収・法人市民税)や上下水道料金、その他の公金の取り扱いを令和7年3月31日(月)に終了します。手持ちの納入通知書の裏面などに、指定の納付場所として同行が記載されている場合でも、4月以降は窓口で納付できませんので、注意してください。

——なお、口座振替は引き続き利用でき、市税、国民健康保険税はATM・インターネットバンキングを使ったペイジー納付も可能です(市県民税特別徴収・法人市民税・督促状除く)。納付方法や市税・公金について、詳しくは納付書を発行している担当課へ問い合わせてください。

関会計課(内線7501)

精神障がい者と家族の 無料相談会・仲間のサロン

▽対象 精神障がいがある人
(心にしんどさがある人含む)や、家族

▽とき・ところ 12月16日(月)、
市民活動推進センターら
ぽーと

▽問合せ 地域活動支援セン
ターコスモールいこま(☎
73・0900、☎73・09
07、電話は11時～18時)

精神障がい者と家族の 無料相談会

困りごとを精神保健福祉士
が聞き、利用できるサービスや



相談先の情報を提供します。相
談先が分からず、悩んでいる人
は気軽に相談してください。

▽時間 13時30分～16時30分
(当日先着順。最終受付は16
時。1回あたり20～30分程
度)

——混雑時はすぐに案内で
きない場合があります。

精神障がいのある 仲間のサロン・ピアカフェ

悩みや、うれしかった体験な
どを気軽に語り合いましょう。
本市の研修を修了したピアサ
ポーターが話を聞きます。

——家族だけの参加は控えて
ください。

▽時間 13時30分～16時
▽定員 15人(当日先着順)
▽費用 200円

介護予防教室

健康体操

健康運動指導士の大谷恵子
さんから楽しい健康体操を学
びます。

▽対象 65歳以上の人や家族、
介護予防に関心のある人

▽とき・ところ 12月19日(木)
13時30分～15時30分、図書
会館

▽必要品 動きやすい服装、
フェイスタオル、飲み物、介
護予防手帳(持っている人
だけ)

▽定員 30人程度(申込順)
▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月6日
(金)～16日(月)に、電話で東生駒
地域包括支援センター(☎
75・3367)

▽介護予防
生駒市健康づくり推進員連

絡協議会の皆さんと、歌ったり
話したりします。介護予防手帳
を参考にセルフケアも学びま
しょう。

▽対象 65歳以上の人や家族
▽とき・ところ 12月19日(木)
14時～16時、みなんじょ文
庫(旧稲葉屋店、俵口町)

▽必要品 筆記用具、飲み物、
介護予防手帳(持っている
人だけ)

▽定員 12人程度(申込順)
▽費用 100円(土産あり)

▽申込み・問合せ 12月6日
(金)～18日(水)に、電話で生駒
市社会福祉協議会地域包括
支援センター(☎73・727
2、平日8時30分～17時15
分)

食事から元気になる

これからも元気に楽しく暮
らしていくためのフレイル予
防のポイントを伝えます。

▽対象 おおむね65歳以上の
人と家族

▽とき・ところ 令和7年1
月8日(水)10時～11時、総合
支援センターあずさ(西旭ヶ
丘)

▽必要品 飲み物、介護予防
手帳(持っている人だけ)

▽定員 20人程度(申込順)



▽費用 無料
▽申込み・問合せ 12月6日
(金)～20日(金)に、電話で梅寿荘
地域包括支援センター(☎
74・8134、平日9時～17
時30分)

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」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
者や家族(家族だけでも可)

▽とき・ところ 12月10日(火)、
令和7年1月14日(火)、2月
18日(火)、3月11日(火)、13時30
分～16時30分(1件約1時
間、1日約3件。申込順)、コミ
ュニティセンターか市役所

▽費用 無料
▽申込み・問合せ 相談日の
前日までに、電話で地域包
括ケア推進課(内線292
1)

RAKU・RAKUはうす 映画鑑賞「恋のハイウェイ」

自由奔放な女流カメラマンが大いに青春をエンジョイする、笑いと涙とユーモアのはつらつとした青春明朗映画「恋のハイウェイ」の鑑賞会です。

▽対象 市内に住む、おおむね60歳以上

▽とき・ところ 12月26日(木) 14時～15時45分、RAKUーRAKUはうす

▽必要品 靴を入れる袋、膝掛け、飲み物

▽定員 36人(申込順)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月10日(火)から、電話か直接、同館(☎73・8778、10時～16時)

福祉センター レクリエーションゲーム会

運動要素のあるレクリエーションを行います。

▽対象 市内に住む障がい者・児(国が指定する難病含む)と家族(ヘルパーなどとの参加も可)

▽とき・ところ 令和7年1月19日(日)10時～12時(受付は9時30分から)、福祉セン

てんいち先生



昭和23年12月10日の国連総会で世界人権宣言が採択。昭和25年12月4日の同総会で、12月10日を「人権デー」と定め、加盟国などに人権思想の啓発のための行事の実施を呼びかけています。戦争や差別は人権を踏みしめるものです。みんなで力を合わせて人権が尊重されるまちをつくりましょう。

関人権施策課(内線4360)

ター

——9時5分・35分に生駒

駅南口発(東生駒駅は5分後)の無料送迎バスを運行します。

▽定員 15人(抽選制)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ 12月20日(金)までに、電話かファクス、メールで住所、氏名、電話番号を明らかにして、同セ

ンター(☎73・0700、FAX73・0294、fukusi-center@kcj.jp)

福祉センターの陶芸教室

陶芸用粘土で、茶碗か湯飲みを作ります。

▽対象 市内に住む心身障がい者(国が指定する難病を含む)



む)か60歳以上の人(12月1日現在)

——今年度と同センターの各種教室に未参加の人を優先します。

▽とき・ところ 令和7年1月17日(金)・31日(金)、13時30分～15時30分、同センター(全2回)

——12時30分・13時に生駒駅南口発(東生駒駅は5分後)の無料送迎バスがあります。

▽定員 4人(抽選制)

▽費用 300円

▽申込み・問合せ 12月17日(火)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、生年月日、障害者手帳の有無と種類・等級、難病名、電話番号、教室名を明らかにして、同センター(〒630-0221、さつき台2丁目6-1、☎73・0700、FAX73・0294、fukusi-center@kcj.jp)

▽内容・区域

◇用途地域、高度地区、土地区画整理事業など…高山町、上町、白庭台1丁目の各一部

◇都市計画道路(高山南北線・高山東西線・駅前広場を含む上町芝線・真弓芝線)…高山町、上町、北大和4丁目

▽意見の提出方法・問合せ

案に意見のある人は、12月13日(金)(必着)までに、住所、氏名、連絡先、案への意見の要旨と、理由を書いた文書1通を、市長宛てで郵送か直接、同課(〒630-0288、内線3310)

お知らせ



大和都市計画の 変更案を縦覧します

▽とき・ところ 11月29日(金)～12月13日(金)の執務時間、

ジュニア・アート・フェスタ
入賞おめでとうございます

第71回生駒市民文化祭作品
展のジュニア部門「ジュニア・
アート・フェスタ」に1005
点の応募があり、入賞者が決ま
りました(順不同、敬称略)。
▽問合せ 生涯学習課(内線
3720)

絵画

▽市長賞

- ◆栗林結衣菜(生駒東小2年)
- ◆関根日向子(真弓小3年)
- ◆岡なな子(鹿ノ台小5年)
- ◆辻田蓮華(大瀬中2年)

▽議長賞

- ◆田代衣澄(桜ヶ丘小1年)
- ◆池田伊織(あすか野小4年)
- ◆吉田瑛亮(鹿ノ台小6年)
- ◆西畠彩英(鹿ノ台中1年)

▽教育長賞

- ◆大井瑠夏(あすか野小1年)
- ◆中島柊里(真弓小3年)
- ◆辻田乃風(生駒南第二小5年)

書道

▽市長賞

- ◆周藤千晴(桜ヶ丘小2年)
- ◆本澤美空(生駒東小4年)
- ◆秦美月(生駒東小6年)
- ◆杉原伊織(上中3年)

▽議長賞

- ◆江川結花(桜ヶ丘小2年)
- ◆登光奈(生駒東小4年)
- ◆梅原真子(生駒東小5年)
- ◆異奏帆(生駒東小6年)
- ◆森あやの(大瀬中3年)

▽教育長賞

- ◆山下凌来(生駒小1年)
- ◆渡部いち花(あすか野小4年)

松本陽

- ◆山本莉子(生駒東小6年)
- ◆大門叶和(緑ヶ丘中1年)
- ◆榎本千咲(緑ヶ丘中3年)
- ◆池内那菜(生駒中1年)

詩

- ▽市長賞
- ◆永田理桜(あすか野小2年)
- ◆本田翔輝(真弓小5年)

▽議長賞

- ◆岡ゆい子(鹿ノ台小2年)
- ◆橋村絢香(桜ヶ丘小4年)
- ◆西村拓馬(壱分小5年)
- ◆宇野湖彩(鹿ノ台小6年)

▽教育長賞

- ◆森田ひかり(真弓小3年)
- ◆小嶋彩稀(俵口小4年)
- ◆谷口和花(上中2年)

川柳

▽市長賞

- ◆眞壁彩良(生駒小1年)
- ◆中辻麗(生駒小4年)

- ◆守田直樹(俵口小5年)

▽議長賞

- ◆能登原逢央(鹿ノ台小1年)
- ◆北川楓花(俵口小4年)
- ◆竹内彩葉(生駒小6年)

▽教育長賞

- ◆勝木敬都(生駒小2年)
- ◆北川慧(鹿ノ台小4年)
- ◆平田愛実(壱分小6年)

短歌

- ▽市長賞
- ◆井上大陸(あすか野小2年)
- ◆山本千咲(生駒台小4年)
- ◆佐山真喜叶(あすか野小5年)

▽議長賞

- ◆岡部優希(上中2年)
- ▽議長賞
- ◆森田航平(生駒小4年)
- ◆山下創平(真弓小5年)
- ◆田中玲衣(鹿ノ台中1年)

▽教育長賞

- ◆岩城迅(桜ヶ丘小1年)
- ◆深澤奈緒(生駒小4年)
- ◆山本梓冬(桜ヶ丘小6年)
- ◆三木新大(上中2年)

俳句

- ▽市長賞
- ◆吉田心優(鹿ノ台小2年)
- ◆井上冬麻(生駒台小3年)
- ◆松岡和真(生駒小5年)
- ◆山内虎瑠(上中2年)

▽議長賞

- ◆吉田心優(鹿ノ台小2年)
- ◆井上冬麻(生駒台小3年)
- ◆松岡和真(生駒小5年)
- ◆山内虎瑠(上中2年)

令和7年「二十歳のつどい」
の案内はがきを発送します

令和7年に開催する、二十
歳のつどいの案内はがきを12
月初旬に発送します。

▽注意

◆12月16日(月)時点で届いてい
ない人は、問い合わせしてくだ
さい。

◆当日、介助などの配慮が必
要な人は、事前に相談してく
ださい(手話通訳は12月16
日まで要連絡)。

◆市外に転出した人で案内は
がきの送付を希望する人は、
12月20日(金)までに申込が必
要です。詳しくは市ホーム
ページで確認してください。

令和7年「二十歳のつどい」
対象

平成17年4月1日に生まれ
た市内に住んでいる人と市
外へ転出した本市出身の人

▽とき・ところ 1月13日(祝)
11時から、たけまるホール

―公共交通機関を利用し
てください。また、案内はが
きを必ず持参してください。

▽問合せ 生涯学習課(内線
3731)

宝山寺初詣に伴う交通規制
に協力をお願いします

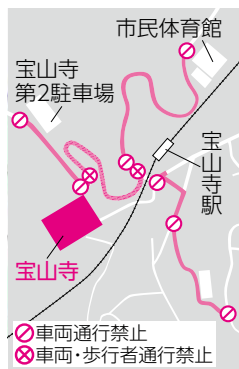
宝山寺周辺道路で、一般車
両の交通規制を実施します。通
行禁止区間に住んでいる人や
用件がある人は事前に手続き
をしてください。

▽規制期間 12月31日(火)～令
和7年1月3日(金)

▽手続きのとき・ところ 12月
16日(月)～27日(金)、9時～17
時、生駒警察署(土曜・日曜
日を除く)

―規制日は、生駒市体育協
会滝寺S.C.と宝山寺第2
駐車場で受付を実施します。

▽問合せ 同署(☎77・011
0)



「小学生メニユーコンテスト」入賞者を発表

小学生がオリジナルの朝ごはんメニユーを考案する「小学生メニユーコンテスト」の最終審査を実施。96作品の中から入賞者が決まりました(順不同、敬称略)。

■最優秀賞

◇松山奈央(俵口小)

■アイディア賞

◇岡なな子(鹿ノ台小)

■コープ賞

◇本田翔輝(真弓小)

■優秀賞

◇中村百々花(生駒南第二小)

◇内田唯菜(吉分小)



受賞者の皆さん

◇岩瀬咲良(生駒南小)

■給食センター賞

◇岩瀬咲良(生駒南小)

■エコメニユー賞

◇玉瀬巴菜(生駒南第二小)

◇杉田万莉(あすか野小)

◇福岡蒼大(生駒小)

◇藤原咲永(鹿ノ台小)

▽問合せ 健康課(☎75・2255)

「ご寄附ありがとうございました」

次の皆さんから本市へ寄附をいただきました。ありがとうございました(令和6年4・9月分。氏名の公表を承諾した人。敬称略)。

■市政の各分野へ

市政のために活用します。

▽寄附者・寄附状況

◇佐藤富美子…デジタルピアノ1台(鹿ノ台小学校へ)

◇小南電気工業(株)…ソーラーパネルキット6台(市役所へ)

◇生駒市卓球協会…卓球ネットなど55セット(総合・滝寺体育館へ)

◇生駒市難聴者協会…プロジェクター1台(福祉センターへ)



◇(株)南都銀行(株)わかば社債発行記念…身長計1台(生駒中学校へ)

◇斉藤四郎…電子キーボード1台(あすか野小学校へ)

◇上武建設(株)…書籍30冊(生駒北中学校 上武文庫へ)

◇樋口政治…楽器各種14台(桜ヶ丘小学校へ)

◇Dabagsグループ「小さな灯」運動…知育玩具2点(いきいきほっとルームへ)

▽問合せ 秘書課(内線4062)

■生駒市みどりの基金へ

本市の緑豊かな自然を守り、その自然を適切に保全しながら緑化などで新たな緑を創造するために活用します。

▽寄附者・寄附状況

◇膳望診サロン翠夏…2件、1万6164円(金額には募金箱分を含みます)

▽問合せ みどり公園課(内線2621)

■生駒市歴史文化基金へ

文化財の保全や郷土資料館の整備に活用します。

▽寄附者・寄附状況

◇青木将美…1万円

◇上武建設安全協力会…42万647円

▽問合せ 生涯学習課(内線3720)

■国民年金基金を知っていますか

国民年金基金は、掛け金を積み立て、充実した老後のために、国民年金に上乗せして加入できる公的な年金制度です。

国民年金基金を知っていますか

国民年金基金は、掛け金を積み立て、充実した老後のために、国民年金に上乗せして加入できる公的な年金制度です。

▽加入条件

国民年金保険料を納付している国民年金の第1号被保険者(免除などの人を除く)か国民年金の任意加入者(60～64歳の人や海外在住者)

▽特徴

◇掛け金は全額「社会保険料控除」で、受け取る年金も「公的年金等控除」の対象

◇65歳からの終身年金が基本で、一生生涯受け取り可能

◇万が一、加入者が早期に亡くなった場合は遺族に一時金が支払われる(遺族一時金がないタイプもあり)

◇掛け金は加入時に決定

▽問合せ 全国国民年金基金近畿支部フリーダイヤル(☎0120・65・4192)

生駒市防犯協議会会長表彰おめでとうございます

犯罪の起きにくい環境づくりや、こどもの安全を守る活動を積極的に行うなど、犯罪抑止活動に貢献された功績を讃え、感謝状を授与しました。

◇俵口町自治会

◇白庭台自治会

◇地域安全推進委員東生駒支部

◇生駒北中学校校区青少年指導委員会青色防犯パトロール隊

▽問合せ 防災安全課(内線3121)



受賞者の皆さん

困ったときは、ここに相談

このコーナーは年2回掲載します。相談は無料で、秘密は守られます。相談日・時間などは変更になる場合があります。事前に電話で確認のうえ利用してください。

催し・講座
スポーツ
自主学习
募集
子育て・教育
健康・福祉
お知らせ

種類	内容・とき・ところ	予約・問合せ
法律	弁護士による、法令知識で解決しなければならない相談	1週間前から 防災安全課 (内線3121)
	☎毎週金曜日、第2・第4火曜日、13:00～16:10 所市役所市民相談室	
行政	行政相談委員による、国などの仕事について分からないことや困りごとの相談	防災安全課 (内線3121)
	☎第2木曜日、13:00～16:00 所市役所市民相談室、☎第3木曜日、9:30～11:30(偶数月は所南コミュニティセンターせせらぎ、奇数月は所北コミュニティセンターISTAはばたき)	
暴力	警察の相談員による、暴力団の嫌がらせや暴力被害などの相談	人権施策課 (内線4361)
	☎第1火曜日、9:00～12:00 所市役所市民相談室	
人権	人権擁護委員による、人権の侵害、差別問題などの相談	課税課 (内線7110、毎月、月初めから電話で要予約)
	☎原則第3火曜日(12月は3日火)、10:00～15:00	
税務	税理士による税務相談(相続税、贈与税、遺産整理の相談を含む)	消費生活センター (☎73-0550)
	☎第2火曜日・第3木曜日、13:00～16:00(確定申告の時期を除く) 所課税課(市役所1階13番窓口)	
消費生活	消費生活相談員による、訪問・通信販売などの契約トラブルや多重債務の相談	社会福祉協議会 (☎75-0234)
	☎月～金曜日、9:00～16:30 所消費生活センター(生駒セイセイビル1階)	
心配ごと	民生・児童委員による、日常生活上の心配ごとや悩みごとの相談	子育て支援総合センター (☎73-1005)
	☎原則第1木曜日、13:00～16:00 所社会福祉協議会(生駒セイセイビル4階)	
家庭児童(虐待)	家庭相談員による18歳未満の児童の学校生活、心身障がい、非行などや、家庭での心配ごと、児童虐待などの相談	子育て相談ダイヤル (☎73-1003)
	☎月～金曜日、9:00～17:00 所こどもサポートセンターゆう	
子育て	家庭相談員による、子育てやこどもの発育の相談、子育て情報の提供	奈良県スマイルセンター (☎0742-247624、要予約)
	☎月～金曜日、9:00～17:00 所こどもサポートセンターゆう	
ひとり親就職相談	専門の相談員による、児童扶養手当受給者が対象の就職相談	男女共同参画プラザ (☎73-0556、面接は要予約)
	☎毎月第3水曜日、10:00～16:00 所市役所市民相談室	
女性	女性相談員による、女性が抱えている問題や悩みの相談	1週間前から 男女共同参画プラザ (☎73-0556)
	☎火～土曜日、9:00～16:00 所男女共同参画プラザ(生駒セイセイビル1階)	
健康	女性弁護士による、女性のための法律相談	健康課 (☎75-2255)
	☎毎月第3水曜日、13:00～16:00 所男女共同参画プラザ(生駒セイセイビル1階)	
栄養	保健師による、生活習慣病などの健康に関する相談	前日正午までに健康課 (☎75-2255)
	☎月～金曜日、9:00～16:00 所健康課(セラビーいこま2階)	
栄養	管理栄養士による食生活や栄養の相談	福祉政策課 (内線7222)
	☎第2・第4火曜日、13:00～15:00 所健康課(セラビーいこま3階)	

種類	内容・とき・ところ	予約・問合せ
教育	教育相談員やカウンセラーによる、不登校や発達などの学校教育に関する相談	教育相談室 (☎74-5571、要予約)
	☎月～金曜日、9:00～17:00 所教育相談室(教育支援施設(北新町)1階)	
市民公益活動(ボランティアなど)	ボランティアコーディネーターによる、市民公益活動の相談や助成金、登録団体などの情報提供	市民活動推進センター ららポート (☎75-6000)
	☎月～土曜日、9:00～17:00 所市民活動推進センターららポート	
職業	職業相談員による、職業の相談・紹介	生駒市ふるさとハローワーク (☎73-1105)
	☎月～金曜日、9:30～17:00 所生駒市ふるさとハローワーク(生駒セイセイビル4階)	
福祉関係の職業	奈良県福祉人材センター職員による、資格取得や求人情報などの就業相談	介護保険課 (内線7410、要予約)
	☎第2・4火曜日、13:00～15:00 所介護保険課(市役所1階12番窓口)	
認知症	認知症地域支援推進員などによる、認知症による不安や心配ごとの電話相談	各地域包括支援センター (①☎78-4888)(②☎71-3500)(③☎73-9448)(④☎75-3367)(⑤☎73-7272)(⑥☎74-8134)(⑦☎77-7766)
	☎概ね月～金曜日、9:00～17:00、所各地域包括支援センター①フォレスト②メディカル北③阪奈中央④東生駒⑤社会福祉協議会⑥梅寿荘⑦メディカル南	
障がい者の職業	障がいのある人の就労や働くことへの出張相談	なら西和障害者就業・生活支援センターライフ (☎0743-857702、要予約)
	☎月～金曜日、9:00～17:30(電話予約受付時間)	
生活困窮者の自立相談	仕事のことや借金、家賃滞納など、生活の立て直しに関する相談	くらしとしごと支援センター (☎0120-883-132)
	☎月～金曜日、9:00～17:00 所くらしとしごと支援センター(生駒セイセイビル4階)	
権利擁護	弁護士による高齢者・障がい者が対象の法律相談	権利擁護支援センター (☎73-0780、要予約)
	☎原則、毎月第2・4木曜日、13:30～15:30 所権利擁護支援センター(福祉センター内)	
住宅(耐震・リフォーム)	司法書士・社会福祉士による成年後見制度の相談	権利擁護支援センター(福祉センター内)
	☎毎月第3木曜日、13:30～16:30 所権利擁護支援センター(福祉センター内)	
空き家	建築士による住宅の耐震やリフォームの相談	5日前までに住宅課 (内線3361)
	☎毎月第3木曜日、13:15～16:10 所市役所会議室	
景観・まちづくり	NPO法人空き家コンシェルジュによる空き家の管理・利活用などの相談	都市づくり推進課(内線3311、7日前までに要予約)
	☎毎月第2水曜日、13:15～16:10 所市役所会議室(オンラインも可)	
若者自立	建築物などの色彩やデザイン、景観形成のための取組の相談	ユースネットいこま (☎74-7100、要予約)
	☎毎月1回(不定期) 所市役所会議室	
その他(いこまる相談会)	カウンセラー・臨床心理士による、不登校・ニート・ひきこもりなどの相談	福祉政策課 (内線7222)
	☎火・木～日曜日、9:00～17:00 所教育支援施設2階	
その他(いこまる相談会)	上記のいずれにも当てはまらない相談	福祉政策課 (内線7222)
	☎第3火曜日、13:30～16:00(受付) 所ウェブ上(メタバースで実施) ウェブ相談はこちら▶	

生駒市職員の 職員数や給与などを お知らせ



人事行政の公正性と透明性を高めるため、「生駒市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数や職員の給与などの状況を公表します。
☎人事課(内線4270)

職員数(各年4月1日現在)

令和6年	令和5年	令和4年
851人	840人	819人

◇職員数は一般職に属するもので、地方公務員の身分を保有する休職者や派遣職員などを含み、会計年度任用職員を除いています。なお現在、条例上の職員定数は910人です。

一般行政職の級別職員数(令和6年4月1日現在)

	標準的な職務内容	職員数	構成比
1級	定型的な業務	36人	8.0%
2級	主事・技師	51人	11.3%
3級	主任	124人	27.4%
4級	係長・主査	91人	20.2%
5級	主幹	40人	8.9%
6級	課長補佐	44人	9.8%
7級	課長	47人	10.4%
8級	部長・次長	18人	4.0%

◇生駒市の一般職の職員の給与に関する条例に基づく給料表の級区分による職員数で、技能職は除いています。

一般行政職の平均給料月額と平均年齢

(令和6年4月1日現在)

平均給料月額	平均年齢
32万6,100円	42.5歳

ラスパイレス指数

令和5年度
100.5

◇ラスパイレス指数は、国家公務員の給与水準を100とした場合の給与水準を示す指数です。

特別職の報酬などの状況(令和6年4月1日現在)

		月額	期末手当	
給料	市長	95万4,000円	6月期	1.7か月分
	副市長	79万2,000円		
議員報酬	議長	61万円	12月期	1.7か月分
	副議長	55万円		
	議員	50万円	計	3.4か月分

退職手当(生駒市の職員手当は全て国の基準と同じ)

区分	支給額	
退職手当 (令和6年 4月1日現在)	自己都合	勸奨・定年
	勤続20年	19.6695 か月分 24.586875 か月分
	勤続25年	28.0395 か月分 33.27075 か月分
	勤続35年	39.7575 か月分 47.709 か月分
	最高 限度額	47.709 か月分 47.709 か月分

期末手当、勤勉手当(令和6年4月1日現在)

区分		期末手当	勤勉手当
期末手当・ 勤勉手当	6月期	1.225か月分	1.025か月分
	12月期	1.225か月分	1.025か月分
	計	2.45か月分	2.05か月分

人件費

(令和5年度普通会計決算。職員給与費、退職金などを含む)

歳出額		435億7,523万1,000円
	うち人件費 (人件費比率)	79億4,355万円 (18.2%)

職員給与費

(令和5年度普通会計決算だけ。特別会計、企業会計は除く)

給与費	給料	29億5,689万7,000円
	職員手当(月例分)	7億6,210万3,000円
	期末・勤勉手当	12億7,359万9,000円
職員数		754人
1人あたりの給与費		662万1,000円

公平委員会への措置要求など(令和5年度)

	件数
勤務条件に関する措置要求	0件
不利益処分に関する審査請求	0件

せいすい 生水だより

令和6年12月号

No.84

☎ 上下水道部工務課・総務課 (79-2800)

< 県域水道一体化 >

奈良県広域水道企業団が設立されました

奈良県広域水道企業団(以下「企業団」)に参加する各構成団体は9月議会に企業団の設立議案をそれぞれ提出し、全構成団体で議決されたため、10月16日に総務大臣に企業団の設立許可申請書を提出。11月1日に総務大臣から許可が下りたため、企業団が設立しました。今後、令和7年4月1日から企業団の事業が開始されます。

■企業団ってこんな団体

◇27の構成団体で運営します

奈良県、大和高田市、大和郡山市、天理市、橿原市、桜井市、五條市、御所市、生駒市、香芝市、宇陀市、平群町、三郷町、斑鳩町、安堵町、川西町、三宅町、田原本町、高取町、明日香村、上牧町、王寺町、広陵町、河合町、吉野町、大淀町、下市町で組織されます。

◇事務を共同で行います

水道事業や水道用水供給事業の経営に関する事務などを共同で行います。民営化や施設の所有権を企業団から移



転しないまま、民間事業者による事業運営の権利を長期間にわたり付与する方式(コンセッション方式)への移行はしません。

◇水道料金を定期的に見直します

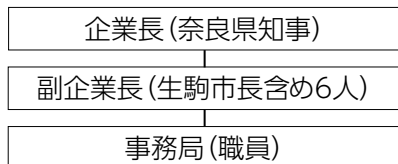
企業団の運営に必要な経費は、皆さんが支払う水道料金や企業債、補助金、構成団体の負担金などを充てます。



5年ごとに、現行の水道料金で今後5年間の財政が健全に確保できるかを検討します。また、災害や急激な物価上昇など想定外の事態により、財政の健全性に支障が生じていないか、毎年度水道料金見直しの必要性を確認します。

info.企業団の組織体制

執行体制



協議

監査

運営協議会(協議体制)

委員は全構成団体の長。事業計画案、予算案、水道料金改定案など、企業団の運営に関する重要な事項を協議します。

議案提出

議決

企業団議会(議決機関)

全構成団体の議会の議員から選出。生駒市議会議員からは3人選出します。水道水の供給や財政運営などが適正か、住民を代表して監視・評価する機関です。

監査委員
(監査機関)

子育てひろば・健診・講習会

- ⚠ 家族の中に発熱、下痢、嘔吐、発疹^{はっしん}などの症状があれば参加を控えてください。
- ⚠ 申込状況によっては、締切後、開催の取りやめ、もしくは定員を見直す場合があります。
- ⚠ 0～2歳児とは、令和3年4月2日以降に生まれたこどもです。

ひろば

| 問合せ | 子育て支援総合センター(☎0743-73-5582)

| 申込み | 各ひろばの申込締切日までに市ホームページの申込フォームから



子育てサロン

保護者同士で自由に話せます。子育て相談や体重測定もできます(もぐもぐサロンは、離乳食相談もあり)。

ぴよぴよサロン(パパママ教室交流)

- ・対象 市内に住む0～4か月頃の乳児と保護者
- ・とき・ところ 令和7年1月15日(水)13:30～15:00、同センター
- ・定員 20組程度(申込不要)

もぐもぐサロン

- ・対象 市内に住む5～8か月頃の乳児と保護者
- ・とき・ところ 1月24日(金)13:30～15:00、同センター
- ・定員 20組(抽選制)
- ・申込締切日 1月8日(水)

もこもこサロン

- ・対象 市内に住む7～12か月頃の乳児と保護者
- ・とき・ところ 1月14日(火)13:30～15:00、小平尾南児童館
- ・定員 12組(抽選制)
- ・申込締切日 12月22日(日)

えほんのひろば

絵本の読み聞かせや手遊びなどが楽しめます。新たな絵本に出会えるチャンスです。

- ・対象 市内に住む0～3歳のこどもと保護者(4歳以上の未就園児も参加可)
- ・とき・ところ 1月8日(水)10:00～10:45、同センター
- ・定員 25組程度(申込不要)

あそび

ちどりであそび

- ・対象 市内に住む就学前の乳幼児と保護者
 - ・とき・内容・ところ
- ①1月16日(木)、鬼のお面を作ろう
 - ②2月6日(木)、ひな飾りを作ろう
- 場所はいずれも、いちぶちどり保育園で、10:00～11:00に開催します。
- ・定員 5組(申込順)
 - ・申込み・問合せ ①は1月6日(月)、②は1月23日(木)から、電話かファクスで、こどもの氏名・年齢、電話・ファクス番号を明らかにして同園(☎76-2400、FAX76-2401)

親と子のあそび

親子で楽しめるふれあいあそびなどを通して、こどもの心と身体の発達を促します。

- ・定員 20組(抽選制。生後4か月から対象児のきょうだいの託児あり、要申込)

ひよこ

- ・対象 市内に住む令和5年4月2日～令和6年4月1日に生まれたこどもと保護者
- ・とき・ところ 2月4日(火)10:00～11:00、同センター
- ・申込締切日 1月13日(水)

ぱんだ

- ・対象 市内に住む令和3年4月2日～令和4年4月1日に生まれたこどもと保護者(3歳以上の未就園児も可)
- ・とき・ところ 1月29日(火)10:00～11:00、同センター
- ・申込締切日 1月5日(日)

パパひろば

父親同士で交流し、こどもとの遊び方も学びます。

- ・対象 市内に住む0～2歳児と父親(3歳児以上の未就園児も可。多胎児の場合は、こども複数人での参加も可)
- ・とき・ところ 1月26日(日)10:00～11:30、同センター
- ・定員 20組(15組は抽選制。5組は当日先着順)
- ・申込締切日 1月8日(水)



おでかけてく「親子クッキング」

- ・対象 市内に住む令和3年4月2日～令和4年4月1日に生まれたこどもと保護者
- ・とき・ところ 12月20日(金)10:00～11:30、地域子育て支援センターてくてく
- ・定員 6組(申込順、初めての人を優先)
- ・申込み・問合せ 12月13日(金)から、申込フォームから同センター(☎74-3999)



▲申込みはこちら



まなび



| ところ・問合せ | 子育て支援総合センター(☎73-5582)

| 申込み | 各まなびの申込締切日までに市ホームページの申込フォームから



夫婦で考えよう パパの子育て力向上ゼミ 4回シリーズ

初めて子育てをするパパが赤ちゃんとの触れ合い方や遊び方を学んだり交流したりします。別室でママ向けに子育てについて語り合うワークショップも行います。

- ・対象 市内に住む1月1日時点で生後2～12か月の第1子と父親・母親
- ・とき 1月18日(土)、2月1日(土)・15日(土)、3月1日(土)、13:00～14:30
- ・定員 10組(抽選制)
- ・申込締切日 12月22日(日)

どならない子育て練習法 4期 7回シリーズ

こどもにしてほしい行動を効果的に伝える練習をします。さまざまな場面を想定し、ロールプレイを通して学びます。

- ・対象 市内に住む1月1日時点で2～12歳のこどもの保護者
- ・とき 1月16日(木)・23日(木)・30日(木)、2月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)、①10:00～12:00②13:30～15:30
- ・定員 各6組(抽選制)
- ・申込締切日 12月22日(日)



親子の絆づくりプログラムⅡ

「きょうだいが生れた！」 5回シリーズ

幼少期になり自我が芽生えた上の子との関わり方や育児の知識、親の役割などを参加者間の交流を通して学びます。

- ・対象 市内に住む未就学児のきょうだいがいる、令和6年8月1日～10月31日生まれの子と母親
- ・とき 1月20日(月)・27日(月)、2月3日(月)・10日(月)・17日(月)、10:00～12:00
- ・定員 16組(抽選制。最少催行6組。対象児以外の託児あり、要申込)
- ・費用 無料(初回に別途テキスト代1,100円が必要)
- ・申込締切日 12月22日(日)

おでかけみっき

体操や手遊び、豆まきごっこを楽しみましょう。

- ・対象 市内に住む生後6か月～2歳の乳幼児と保護者
- ・とき・ところ 1月20日(月)①10:30～11:30②13:30～14:30、小平尾南児童館
- ・定員 各8組(申込順)
- ・費用 無料
- ・申込み・問合せ 12月17日(火)から、電話か直接、同館(☎77-6955)

今月は
豆まき!!

健診・相談・講習会



| ところ | セラビーいこま | 問合せ | 健康課(☎75-2255)

| 申込み | 子育て相談の申込みは市ホームページの申込フォームから



はじめての離乳食講習会(講義・実習・試食)

- ・対象 市内に住む生後4・5か月頃の乳児(原則、第一子)の保護者
- ・とき 1月9日(木)9:45～12:00
- ・必要品 母子健康手帳、エプロン、三角巾、タオル、筆記用具、食器用布巾
- ・定員 16組(申込順)
- ・費用 300円
- ・申込み 12月9日(月)から、電話で同課
——託児が必要な人は申込時に伝えてください。

10か月児すくすく子育て相談

身体計測、育児・栄養相談、手遊びの紹介(全て希望制)

- ・対象 市内に住む令和6年2・3月に生まれた乳児と保護者
- ・とき 1月29日(水)9:00～10:00(要申込)
- ・必要品 母子健康手帳、バスタオル



ママとベビーのおっぱい相談会

助産師による授乳相談・体重測定・交流会など(マッサージなどの直接的な手技は行いません)

- ・対象 市内に住む令和6年9～12月に生まれた乳児と母親(直接、授乳状況を確認することがあります)
- ・とき 1月24日(金)10:00～11:30
- ・必要品 母子健康手帳、バスタオル、おむつや着替えなど
- ・定員 5組(申込順)
- ・申込み・問合せ 1月10日(金)10:00から、電話で同課マタニティコンシェルジュ(☎75-1175)

3歳児歯科健康診査・子育て相談

歯科医師による歯科健診、育児・歯科・栄養・発達相談(歯科健診以外は希望制)

- ・対象 市内に住む令和4年1月に生まれた幼児と保護者
——対象者には個別案内を送付しています(対象外月齢でも参加可)。
- ・とき 1月30日(木)9:00～10:00(要申込)
- ・必要品 母子健康手帳
- ・注意 虫歯になりやすい年齢です。必ず受診しましょう。

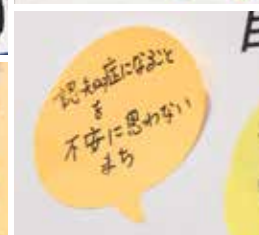


Special Photo News

第6回 地域共生社会推進 全国サミットinいこま

10月11・12日に開催した「第6回 地域共生社会推進全国サミットinいこま」。全国から延べ約1,800人が参加し、地域共生に関するさまざまな催しを行い、無事終えることができました。皆さん、ご協力ありがとうございました。

〒国地域共生サミット推進室(☎0743-74-1111、内線2960)



誰もが居場所と出番があるまちに～お互いさまからありがとうの連鎖へ～

制度・分野ごとの縦割りや「支え手」「受け手」の関係を超えて、誰もが役割を持つことができ、多様性を尊重して気にかけて合う。そんな「地域共生社会」の実現に向けて、一人ひとりができることを住民・事業者・医療や福祉の専門職・行政などの立場から考えることを目的に開催した本大会。

今後、本市は誰もが居場所と役割を持てるまちを目指し、分野を横断してまちづくりを進めていきます。

☺
10月12日(土)・13日



竹の魅力に包まれた2日間

高山竹林園で「第28回高山 竹あかり」を開催しました。竹の造形物や行燈が、ろうそくの灯りに照らされ、幻想的な雰囲気が漂う園内。写真を撮ったり、尺八や篠笛などが奏でる音楽を楽しんだり、来園者の皆さんは思い思いに秋の夜を過ごしていました。その他にも、親子茶道体験や茶筌・茶杓づくりなど竹の魅力が詰まった2日間でした。

☺
10月20日(日)



川柳を作って感じて 和やかに

50周年を迎えた生駒番傘川柳会(ばんがさ かん なづき)の10月神無月句会がコミュニティセンターで開かれました。「川柳は人間を描くもの。誰でも始められます」と話す同会会長の稲葉良石(りょうがく)さん。お題に対して会員が作ったたくさんの川柳の中から、選んだ作品を選者が読み上げました。情緒あふれる作品やユーモアのある作品など、個性豊かな川柳を楽しんでいました。

☺
10月21日(月)



本市ゆかりのアーチェリー界のレジェンドが引退

本市にある練習場などで練習に励んできた、アーチェリー・古川高晴(たかはる)選手の現役引退会見が、所属する近畿大学で開かれました。オリンピック6大会連続出場やメダル獲得など輝かしい成績の数々。会見では、25年の競技人生に関わった人たちへの感謝と、これから後進を育てることやアーチェリー界を盛り上げることへの抱負を力強く語られました。

☺
10月29日(火)



いざというときに、地域で助け合える体制を

災害時にさまざまな活動を行い、被災者の生活再建を早める力になる「災害ボランティア」を養成する講座がコミュニティセンターで開かれました。ボランティアの役割や被災者の想いの他、災害時に支援が必要となることが多い外国人への配慮などを学習。いざというとき、自分たちが協働して、できることは何かを考えながら、熱心に聴いていました。

新しい教育のカタチ

時代の変化に合わせて、学校教育も変わり続けています。学校の教職員や教育委員会の職員が、学校の取組や考えを紹介します。

問教育政策室(☎0743-74-1111、内線2731)

「プロジェクト型の学び」で、生きたいように生きる力を養う

これまでのキャリア教育の多くは、仕事を調べ、自分の特性に合う職業を探し、進路選択につなげる授業でした。しかし、今後はAIなどに多くの仕事が代替されると言われています。その中で、自分が生きたいように生きるためには、「なぜ?」という気持ちをたいせつにして、課題を設定し、仲間と協力しながら探究する「プロジェクト型の学び」が必要。本市でも光明中学校で、企業の課題に対して生徒が企画を提案する職業体験を行うなど、時代に合ったキャリア教育を進めています。

◀本市キャリア教育プランナー 尾崎えり子



光明中学校で行われた、企業に企画を提案する授業



特集「すぐそこにある未来」



かし
華氏451度
レイ・ブラッドベリ／著
早川書房

華氏451度——この温度で書物の紙は引火し、燃える。本の所持や読書が禁じられた時代、昇火士は本を焼くのが仕事だった。何の疑いもなく自分の仕事に誇りを持っていた昇火士・モンターグだったが、ある夜、1人の少女と出会って気付いた。「おれは幸福じゃない」。そこから運命の歯車が回り始める。未来へ警鐘を鳴らしたSF小説です。

司書おすすめの本／ひろまつ（鹿ノ台図書室）



フランネルの紐
東直子／著
河出書房新社

母が私に作ってくれたお人形のココさんや門出を祝うオーダーメイドの安眠枕、ソーイング学校の始まりとハートの刺繍など、服飾や手芸にまつわる18の物語に短歌を添えて——。人の想いや人生への願いなどが、生地や手芸作品の美しさとともに伝わってきます。一針一針に込めた気持ちを受け取るように味わってもらいたい、静かで温かな短編集です。

生駒の図書館で新しい刺激を。 「働く大人の週末ゼミ」

週末の図書館で大人が学ぶ連続講座。働く人の学びと、ネットワーク形成の場です。土曜日の昼「今ひびく、論語。」では、日々経験を重ねている今だからこその学びが得られる論語を味わいます。金曜日の夜「金曜、夜の図書室で。」では、さまざまなテーマを夜の図書室で学びます。——12月は「人生に問いを立てる」をテーマに、(株)SASI代表取締役の近藤清人さんによる、働くということを豊かにする講義とワークショップを開催します。

▷とき・ところ 12月13日(金)19:00～21:00、生駒駅前図書室

▷費用 500円

▷申込み 市ホームページの申込フォームからか電話で図書館本館か、直接、市内5図書館・室

▷問合せ 図書館本館

■今後の講座(参加者募集中)

◇令和7年1月18日(土)…「論語を味わい活かす」

◇2月28日(金)…「読を以て独を制す-『本』と『社会』と『つながり』と」

◇3月28日(金)…「AIから考える未来の社会」



▲申込み・詳しくはこちら

人生100年時代！ 豊かなライフスタイルのためのマネー講座

ファイナンシャル・プランナーによる講座と、図書館による関連本の紹介を行います。

——FPパートナーズと共催で行います。

▷とき・内容・ところ

◇1月18日(土)10:30～12:00…「やっぱり知りたい！お金のこと・投資のこと」

◇2月1日(土)10:30～12:00…「新NISA、iDeCoの基礎と投資詐欺について」

——北コミュニティセンターISTAはばたきで開催します。

▷定員 各45人(申込順)

▷費用 無料

▷申込み 12月7日(土)から、市ホームページの申込フォームからか直接、市内5図書館・室

▷問合せ 図書館北分館

年末年始の開館日時をお知らせ

▷とき 年末…12月27日(金)まで、年始…1月5日(日)から

▷時間 9:30～17:00(12月27日(金)は臨時開館のため、駅前図書室も17:00閉室)

——休館中の本の返却は、各図書館・室に設置している返却ポストに入れてください。

問合せ(市内図書館・室)

◇図書館本館 ☎0743-75-5000

◇北分館(北コミュニティセンターISTAはばたき内) ☎71-3332

◇南分館(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 ☎73-7611

◇鹿ノ台図書室 ☎78-9973

図書館のホームページはこちら▶



スタート! 防災



今日から始められる防災対策を紹介します。
 閩防災安全課(☎74-1111、内線3112)

冬の防災対策できていますか

寒さが厳しくなる、これからの季節。被災すると、寒い中、避難所や車内で生活することになる場合があります。低体温症などの健康被害を防ぐ対策グッズを紹介します。

■寒さ対策として備えておくべきもの

◇カイロ…特定のポイント(首、腹、背中、腰、足首)を中心に温めましょう

◇アウトドア用エアマットや寝袋…床(地面)からの冷気を断ちます

◇防寒シート(アルミブランケット)…風を通しにくく、断熱効果が高いので防寒性に優れています

——血行促進と血栓予防のために、定期的に運動することも有効です。



プラスワン

寒さ対策グッズがない場合は、①新聞紙や食品ラップを身体に巻く②段ボール・緩衝シートを敷くことで体の冷えを和らげられます。



▲緩衝シート

「スキマ時間にネットで気軽に稼げる」とうたう副業広告にご注意!

Q SNSで副業を探していると、「動画サイトを見て『いいね』するだけの簡単なタスク(仕事)で副収入」という広告があり、LINEで申し込んだ。指示通りにタスクをこなして数百円の報酬を受け取ると、「高額報酬のタスクがある」と誘われた。1万円を支払い、4人1組で参加したところ、「あなたのミスでチーム全員が損をした」と言われ処理費用15万円を請求された。「タスクを完了すれば報酬と合わせて全額返金する」と言うので振り込んだ。しかし、その後も「報酬を引き出すための費用」などと言われ、何度も請求された。総額100万円以上も振り込んだのに報酬が受け取れない。相手の連絡先は不明で、振込先は個人名義の口座だった。詐欺に遭ったのだろうか。(30歳代、女性)

A これは副業詐欺の手口です。最初は簡単なタスクをさせ、実際に少額の報酬を支払い信用させます。その後、「高額報酬のタスクは事前送金が必要」「ミスしたため処理費用が必要」「報酬を引き出すには手数料が必要」などの理由で、お金を振り込ませてだまし取ります。タスクの指示は匿名で利用できるチャットアプリを通じて行われ、相手の素性は不明なため、振り込んでしまうと被害回復は困難です。

トラブルを避けるために次の3点を心がけましょう。①「簡単に稼げる」「もうかる」を強調する広告は信用しない②免許証の写真や銀行口座情報などの個人情報を求められても提供しない③お金を稼ぐはずが振込を求められたら詐欺を疑う。少しでも不審に思ったら、振り込む前に消費生活センターに相談してください。

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(☎0743-73-0550)へ

月曜～金曜日の9:00～16:30(祝日は除く)

出前講座も実施しています。詳しくは問い合わせてください。



市長コラム

閩秘書課(内線4061)

地方創生の議論をもっと

衆

議院議員総選挙が終わり、同日に実施された葛城市を除き、県内12市でトップ。多くの市民が我が国の未来について考え、投票してください。たことに感謝します。

今

回の選挙で気になった点が1つあります。それは、高齢者などの移動支援や発達障がいへの対応、地産地消のまちづくりなど、地方創生に関する議論がとて少なかつたことです。物価や雇用の問題をはじめとする経済対策や国際的な不安定さへの対応はもちろん必要。しかし、高齢化が進む地域では、買い物支援や介護予防、コミュニティづくりなどへの関心がとても高いです。少子化が進む現在、教育は政治家が語るべきたいせつな問題であり、保護者の想いが強い分野。特に発達に関する悩みが圧倒的に多いと感じます。地方経済の衰退を創業支援などで食い止める地域循環型経済への対応も急務です。

地

方創生や地域から国を変えていくという議論がもっとあってもよかったのではないでしょうか。



「不要不急で必要不可欠、 そんなアートを突き詰めたい」

コバヤシツキさん

Kobayashi Tsuki



言葉や日本語に興味がある。小学校の図書室の本を全部読んだと言うほど。尊敬する人は、デザイナー・川久保玲と歌手・椎名林檎。市内在住。19歳。

丸

2日間、作品を作り続ける。そんな過酷にも思える個展を10月に市内で開いた。写真や空間展示など、これまでに制作した11点と期間中に制作を始め完成させた作品を展示。手伝いに来てくれた友人とともに手を動かし続けた。

「いろんな面で逃げ癖があるんです。だからあえて『逃げられない環境』を個展のテーマにしました」

ふだん創作する中で感じる「手を動かしていなくても、頭ではずっとアートのことを考えている」。そんな内容を表現しようとして、展示会場を「身体」に見立て、「脳内」の動きを「制作する自分たち」で表現した。

「準備は大変でした。でも以前にグループで展示をしたときは違って、来場者との距離がとて近く感じられて…。やつてよかったですね」

ア

アートを始めたのは中学1年生のとき。市内のアートスクールに通い、作品作りに励んだ。高校1年生のときに作った空間展示が、のめり込むきっかけとなる。

「自分の作品に触れた人が、遊び始めたり、壊したりと、想像もしていなかったことを起こしてくれる。そんな、いっしょに作りあげていく感じが空間展示の魅力ですね」

今の自分や作品があるのは全て、周りの他者があってこそ。そんな想

いで、地域の人との創作活動や地域での展示も、「来るもの拒まず」で行ってきた。

「今まで作ってきた作品で、人に見せていないものはないんです。第3者の目に触れて、初めて『アート』になると思って続けてきました」

創

創作活動をやめて、「デザイン」を仕事にすることも考えた。しかし、いざやめてみたところ、息苦しさをを感じる。職にならなくても続けていくんだらうと悟った。

直近の目標は、志望する芸術大学への入学。アートについて考え、デッサンを学ぶ日々を続けている。

『「アート」は、誰の中にもあって、身近で必要なもの。親への感謝やSNSでの何気ない発信も全部アートだと思っんです」

「アーティストは選ばれた人になるもの」、そんな考えを打ち破る。自分ではなく、自分の作品が誰かの人生に影響を与えたり、軸になったりするのを夢見て――。

Pick Up



ボーカルとしてバンド活動も

アート活動の傍ら、バンド活動も行っている。これまでの作品や活動の最新情報については、Instagramから(2次元コード参照)。



今月の 編集後記

「すっきりとした新年を迎えましょう」なんて言っておきながら年末の掃除は何もできていない私です。話によると、大掃除をするより毎月「小掃除」をするのがいいそうですね。コツコツ掃除、コツコツごみ捨て。来年はがんばります…。(紀)

少し前までワイシャツの袖を腕まくりしていたかと思えば今日は冬物のコートを着て出勤。四季はどこへやらという感覚で、童謡ではないですが、秋は自分で見つけに行かないといけないようです。とりあえず今年こそは紅葉を観に行きます。(平)

アーチェリーの古川高晴選手の引退会見を取材。状態が良いうちに辞めたいという潔さや他者への感謝の言葉の数々に、今まで以上に尊さを感じました。中には、これからが楽しみになる言葉も。25年間の競技人生、本当にお疲れ様でした。(泉)

「高山 竹あかり」を初取材しました。オレンジ色にぼんやりと光る幻想的な竹。そんな傍らで松明が火花を散らしていました。薪が燃えるパチパチした音って癒される…。「公園のあそび方見本市」でも、たき火をするので、おすすめです。(堀)

表紙の撮影をしました。「届けよう、服のチカラ」への参加はこどもたちの声がかっけだったそう。撮影でも具体的にお願ひなくても次々とポーズを取ってくれたり回収シーンを繰り返してくれたら…皆さんの自主性がすばらしく感動してしまいました。(森)

「ちがい」を知ろう・楽しもう

自分の「当たり前」は、誰かにとっては「当たり前」ではないことも。さまざまな「ちがい」を楽しく紹介します。

閩障がい福祉課(☎0743-74-1111、内線7270)

ボランティアで障がいを身近に

ボランティアには障がいに関わるものがたくさんありますが、障がいのある人を直接支援する活動だけではありません。見えない・見えにくい人に情報を伝える点訳・音訳や介助犬・盲導犬の抜け毛が飛び散るのを防ぐマナーコートの作製など、間接的なボランティアもあります。障がいを理解する講座へ参加してみるなど、まずはできること・興味のあることから始めてみませんか。

YouTubeで
プチ手話講座
ショート動画を
配信中!



プチ手話講座「お大事に」

左手をパーにして胸のあたりに置き、右手をパーにして左手の甲の上から反時計回りに1周回す



明日への処方箋

閩生駒市立病院(☎72-1111)

生駒市立病院職員が、健康に関する情報をお届けします。

高血圧は脳卒中のもと！ご注意を

皆さんは自分の血圧の値を知っていますか。高血圧を放置すると、血管の壁に強い圧力がかかり、動脈硬化が進行。血管がもろくなり、脳出血・脳梗塞・くも膜下出血などの脳卒中の原因になります。

脳卒中は起こってからではなく、予防が非常に重要です。まずは家で血圧を測ってみましょう。1日2回、食事の前がおすすめ。上が135・下が85以上が続くようなら生活習慣を見直してください。禁煙や晩酌を制限する他、食事も薄味にしましょう。有酸素運動(早歩き程度の運動を1日30分くらい)も効果的です。それだけでも血圧は下がるはずですが、効果がなければ薬が必要。降圧剤を処方してもらってください。血圧に気を付けて健康寿命を延ばしましょう。

広報いこま「いこまち」10月号への

読者の声

さまざまなシーンで活躍している人や地域情報を随時募集しています。ぜひ情報を提供してください。

閩広報広聴課(内線4211)

生駒山は私を育ててくれました。つらく、悲しいときも、おおらかな生駒山を見ると、心が落ち着きます。(60歳代、女性)

西と東のどちら側からも魅力的な生駒山のことをいろいろ知れて、おもしろかったです。(40歳代、女性)

ちょっとした隙間時間にできるストレッチなどの動画があれば紹介してほしい。(50歳代、女性)

YouTube

YouTubeの生駒市公式チャンネルでは、自宅のできる体操やフィットネスを動画で紹介しています。



アンケート回答者の中から、抽選で5名様に図書カード500円分をプレゼント!

アンケートモニター登録はこちら

