

2020
7月
No.628

忍
広報

かみきたやま



～伝統の火を絶やさない～

■ 主な内容

7/4 西原虫送り

6月定例村議会・一般質問	P 2～4
村工事入札	P 4
村の出来事	P 5
新型コロナウイルス感染症対策事業	P 6・7
上北山村有料広告募集のお知らせ	P 8
空き家相談会	P 9

お知らせ	P 10
戦没者遺児の皆さんへほか	P 11
年金だより	P 12
保健師だより	P 13
村制130周年記念表彰ほか	P 14

—— 毎月11日は「人権を確かめあう日」 ——

令和2年

6月定例村議会

一般質問

6月定例村議会では、2名の議員による一般質問が行われましたので、その概要についてお知らせします。



さんは40組ほどおります。体育館の中には子ども達が遊ぶ遊具はほとんどない状態です。

今後1、2年は新型コロナウィルス感染症防止対策で外での遊びが主体と予想されますが、遊具は子ども達にとっては宝物、そして健康増進の為に設置を考慮していただきたい。

問 村長

まず、とちの木センターの大規模な改修工事を行うことから2年となりますが、昨年は外構工事として階段改修、駐車場整備、遊具撤去を行い、体育館にランニングマシン等を購入しました。

今年度も同じく外構工事として南側出入口階段下の舗装工事を行い、体育館も運動器具を追加しました。また、もみじ図書館に図書を増補も図る予定です。

このように、とちの木センターは、年々充実を図っております。

この施設のコンセプトは村民がこぞって集える場所としてスタートしたわけですが、シェアオフィス以外まだまだ十分な役割を果たしてないのが現状です。

今期5月に奈良県と河合周辺地区のまちづくりに関する基本協定を結びました。

今後、この施設の充実を図る上で新たな出発点になるつかと思っております。

その上で議員のご質問のとちの木センターグラウンドの利用計画と子ども用遊具の充実をどのような形ですすめていくかという質問ですが、この件に限らず、この施設は村民がこぞって集える施設への充実を目標にやまゆり学園の児童、生徒の保護者、青年団、婦人会、寿会等々多種多様な団体の方々とご相談を申し上げ、そのニーズに答えていきたいと思っております。

議員各位におかれましては、もまちづくり基本構想を軸に、とちの木センターの充実

にお力を賜りたいと存じます。



問 岩本議員

本村は、過去においても、また昨年度末に策定された総合計画においても、観光立村を大きな柱の一つであると謳ってきました。

実際本村には大峯山系、大台ヶ原という国内的にはかなり有名な山岳観光地があり、またそこを源流とする非常にすばらしい清流もあります。

少し余談になりますが、十数年前に日本に来ていた留学生を世界遺産に連れて行くとういう大きな事業があり、そのお世話をさせていただいたことがあります。

その際、東アジア出身の

留学生さん達は、とにかく川の水に触りたいと騒ぎになりました。

世界中でそのまますくって飲めるような水が流れている河川というのは非常に少ないわけですし、本村の河川の素晴らしさというのは非常に秀逸なものであると思います。

また大蛇峠、行者還、大普賢、八経ヶ岳など、急峻な地形ゆえの絶景があります。

そこに見られる非常に豊富な植物と、その植物が織りなす季節ごとの風景など、歴史的には中世の修験道に関わる賞讃たちの往来、南朝の悲哀にかかる物語もこの村にはあります。

またこれも余談なのですが、東京の旅行業界の方と紀伊山地、特に奥吉野を滞在型旅行商品の下見ということで、案内させていただきました。

我々とは違う視点で本村の観光資源を見ていただいて、非常に心強く感じました。

しかし、これらの資源を村内施策においてきち

んと活用できてきているのかと省みるとき、はなはだ心もとない気がいたしません。

観光というのは宿泊、飲食、ガイド、お土産、広告、移動にかかる交通あるいは道の整備等非常にすそ野の広い産業です。

現在の北上山村では戦略的な施策を生み出す機会や実行するためのマンパワーが充実しているようには思われません。

今の我々の体制では、なかなか広いすそ野を持つ業態に対して、きちんとしたコメントも出来ずにいるのが実態ではなからうかと思えます。

フォレストかみきたが装いを新たにリニューアルオープンしたこの機会に、腰を据え、ぜひ『北上山村観光戦略会議』を立ち上げ、本村の観光の将来図を描いていただきたいと思います。

問 村有林について

村有林の施策について、村長のお考えを伺いたしたいと思います。

かつては、村会議員に

よる現地視察も行われており、早朝に大台ヶ原を出発し、日が暮れてから東ノ川へ下つていったこともありました。

しかし、現在、我々議員はおろか役場の職員でさえ、そのような体力気力があるようには思われません。

膨大な材積を有する村有林の活用は、北上山村にとって貴重な産業である、林業を支えるため財産でもあります。

また、最近では、森林は経済的な視点から、観光資源や環境の一要素として捉える視点も加わってきました。林野庁においても、かつて杉・檜の人工林から広葉樹林への転換などもようやく施策の一つとして認められるようになってきました。

森林、林業をとりまく経済的環境は決して余談を許しません、このような新しい視点を取り入れて、森林組合やJパワーなどと協働で、総合的な未来図を描くべきではないでしょうか。



問 村長

まず、観光戦略会議の設立についてお応えします。

昨年度末に第4次北上山村総合計画を策定し、その中でも観光産業の振興は大きなウエイトを占めており、西の大峯山系、東の大台ヶ原、それを源流とする北山川、池原ダム湖、白川又深谷、そして歴史に培われた文化等々、多様で価値の高い資源に恵まれていると思えます。

ただ、そのような素晴らしい観光資源がありながら、ご指摘のとおり、これまでではこれらを十分に活かした、戦略的活用は不十分であったと認識しています。

観光業は議員のおっしゃるとおり、すそ野の広い産業であり、地方創生の切り札でもあります。

一見関係のないと思われる国道、県道などの、道路改良工事要望についても、地域の安全安心防災を第一義としつつも、観光産業の振興もストック効果として大きく捉えられています。

観光庁においては、国内外の観光客に新たな地域へ来訪動機を与え、地方誘致を図ることを目的に、平成28年度からテーマ別観光による地方誘客事業に取り組んでいるようであります。

この事業は全国の酒蔵、食、文化、ロケ地など特定の同じテーマの観光資源を活用している関係団体等により構成される複数地域によるネットワークを対象として、観光客へのアンケートやモニターツアーを実施し、これらの結果等を踏まえた共通マニュアルの作成、情報発信の強化、シンポジウム開催などによるネットワーク拡大等の取り組みを支援することで観光資源を磨き上げ、地方誘致を図るものようであります。

目的、また時期を同じく

して、本村の観光業の核となるフォレストかみきたが6月1日に無事オープンしました。

これを機に北上山村観光戦略会議を立ち上げ、本村の観光業振興に、戦略的な意味合いを持たせ、更なる観光業推進にまい進すべきとのご提案ですが、まさにそのとおりであり、貴重なご意見ご提案だと重く受け取らせていただきます。

その上で私の構想を申し上げれば、基本的には日本版DMO（地域の観光資源に精通し、地元と連携しながら観光名所を作り出す組織）を参考に、北上山村版DMOといった組織を立ち上げ、その名称を北上山村観光戦略会議としたいと考えております。

そして多種多様な関係者に集まっていたいただき、北上山村の持てる地域資源を最大限に活用し、効果、効率的な集客を図ることを目的とし、稼げる力、経済が回る観光といった地域づくりを推進したいと考えています。



ます。

今年度は成谷山において5haの間伐作業を予定しております。

さて、林業の取り巻く経済的環境の厳しさは相変わらずでありますが、そのような状況下における当村の林業の展望をご説明申し上げます。

次に、上北山村の林業についての展望についてですが、村有林の概要といたしまして、現在のところ面積3,535ha、材積にして73万8,000m³となっております。

その内、人工林面積は全体の約19%の672ha、材積にして22万2,000m³となっており、60年生以上の人工林は62ha、材積にして3万m³となっております。

ご質問の中の村有林の視察については平成27年に西原山谷山、小椽オオヒジ山、小平山、白川川原下シ山、成谷山等の視察が最後となっております。

村有林の施業については、平成25年より国庫事業により、古富木山、川原下シ山、大道山、入谷山の約35haの間伐作業を実施してきており

合っただけの素生産収入が得られないのが実情であります。

とは言い、森林のもつ公益的機能の発現、持続可能な資源等を鑑みれば、採算が合わないからといって放置するという選択はありえず、国としても補助金を出してでも森林を守っていく姿勢であると私は理解しています。

村有林への投資は、収支的にはプラスになりにくいとは思われますが、当村の林業の占める割合が高いこと、環境や観光に対する配慮から森林整備事業を進めていかなければならないと考えています。

合わせて小規模林家の施業放置林が問題になっており、林地を売りたいという意向も聞きます。

村あるいは別の団体で購入して、森林の持つ公益的機能の確保、撫育、育林事業のフィールド提供に供したいと考えています。

整備された森林があつての村と考えると、今後とも森林整備事業を進めてまいるところです。

村工事入札

(敬称略)

- は工事名、○内は場所
- 1 契約金額、2 請負人

4月9日入札

■ 薬師橋塗装工事

- 1 1,583万6,700円 (河合地内)
- 2 (株)吉野組

6月15日入札

■ 上北山村防災情報伝達システム整備事業(防災行政無線デジタル化整備工事)

- 1 1億3,717万円 (村内全域)
- 2 日本電通(株)奈良支店

■ 林道ナメゴ線災害復旧工事(令和元年台風10号災害第一号箇所)

- 1 3,338万6000円 (西原地内)
- 2 (株)南都工業

■ 村道小椽5号線舗装工事

- 1 208万4,500円 (小椽地内)
- 2 (株)南都工業

■ 林道白川又線災害復旧工事(令和元年台風10号災害第1号箇所)

- 1 354万5,300円 (白川地内)
- 2 (株)門田建設

■ 林道深瀬谷線維持工事

- 1 357万8,300円 (白川地内)
- 2 南部開発

■ 労務対策道黒瀬谷線維持工事

- 1 149万7,100円 (河合・白川地内)
- 2 (株)門田建設

■ 林道水太和佐又線交通安全施設整備工事

- 1 61万8,200円 (西原地内)
- 2 (株)K興業

■ 林道サンギリ線測量設計委託業務

- 1 192万5,000円 (河合地内)
- 2 (株)谷本測量設計事務所

■ 林道和佐又線測量設計委託業務

- 1 133万6,500円 (西原地内)
- 2 (株)すぎた測量設計事務所

7月7日入札

■ 和佐又山ヒュッテ解体工事

- 1 1,331万円 (西原地内)
- 2 (株)中村組

■ とちの木センター整備工事

- 1 58万3,000円 (河合地内)
- 2 (株)K興業

伝統行事 虫送り

7月4日(土)、西原地内で「虫送り」が行われました。

今年は新型コロナウイルス感染症の影響により、開催が危ぶまれましたが、小規模ではありますがソーシャルディスタンス(人的接触距離の確保)に気をつけながら開催し、240年以上続く伝統を守ることができました。

参加者たちは火を灯した松明を片手に「おーくったー おーくったー むしおーくったー」の掛け声の中に、「コロナもおーくったー」の掛け声もありまぜながら、西原地内を歩きました。



アユ釣り解禁

6月14日(日)、北山川、小椽川など村内の河川においてアユ釣りが解禁されました。

早朝より、この日を待ちわびた多くの釣り客たちがアユ釣りを楽しみました。



2名消防団に入団しました



6月10日(水)、村消防団辞令交付式が行われました。

新たに2名の方が入団し、小松団長から辞令書が手渡されました。

新入団員を代表して小谷 隆司さんが宣誓書を読み上げました。

2名の方は下記の分団に配属されました。

小谷 隆司さん(小椽分団)

真下 修平さん(小椽分団)

新型コロナウイルス 感染症対策事業

かみきた生活応援商品券



新型コロナウイルス感染症緊急経済対策の一環として、国の地方創生臨時交付金・県の県内消費喚起支援事業費を活用し、村民1人当たり4万円の商品券を配布いたします。

【対象者】

基準日までに住民基本台帳に登録されている方

【受渡方法】

使用開始日までに各世帯へ発送します。

【使用可能期間】

令和2年8月1日(土)～令和3年1月31日(日)

【交付額】

1名40,000円

※交付対象者が属する世帯の世帯主に交付対象者全員に係る分を一括してお送りします。

※詳細については下記へお問い合わせください。

かみきた生活応援商品券についてのお問い合わせは

役場住民課 TEL：2-0001

新型コロナウイルス 感染症対策事業

感染予防用品の配布について

新型コロナウイルス感染症予防のために、基本的感染対策としてマスクの着用・丁寧な手洗いもしくは手指消毒薬の使用が効果的であり、今後も多くの感染予防用品の需要が見込まれます。

このような中、新型コロナウイルス感染症予防・あるいは感染拡大防止の目的のため使い捨てマスク・手指消毒薬・ハンドソープの配布を行います。(配布時期は8月下旬の見込みです。)

【対象者】

村内に住所がある世帯

【実施方法】

- ・世帯ごとに使い捨てマスク(50枚入り)1箱、手指消毒薬1個、ハンドソープ1個を送付します。
- ・1歳児～中学生までの子どもがいる家庭には子ども用マスク(50枚入り)を1箱追加。

※詳細については下記へお問い合わせください。

お問い合わせは

役場保健福祉課 TEL:3-0380

水道料金の基本料金減免について

上北山村では、新型コロナウイルス感染症に関連した経済的影響を踏まえ、生活支援及び経済的負担の軽減から水道料金の【基本料金】を6ヶ月間減免(無料)します。

この減免については、利用者からの手続きは不要です。

支援内容

- 水道料金の基本料金(基本水量10㎡を含む)1ヶ月当たり1,320円を減免します。
※基本水量(10㎡)以上に使用される超過水量分についてはご請求することになります。

減免期間

- 期間は令和2年6月分(8月検針分)から11月分(12月検針分)の6ヶ月分です。

お問い合わせ

役場建設課水道係 ☎2-0001

上北山村有料広告募集のお知らせ

村では、村の保有する資産を有効活用して、新たな財源を確保し村民サービスの向上に努めるとともに、民間事業者へ広告媒体の提供を行うことで地域経済の活性化を図るため、広告事業を実施しています。

■ 掲載可能媒体

広報紙、各戸配布物（広告チラシ）、ホームページ、かみきた通信

■ 広告掲載の位置

広 報 紙：広報紙最終ページの指定された位置

ホームページ：トップページ

かみきた通信：トップページ（お知らせ）

■ 広告の規格

広 報 紙：縦6cm×横10.5cm

各戸配布物：A4サイズ又はA3サイズ
（広告チラシ）

ホームページ：縦1.5cm×横5.5cm（バナー広告）

かみきた通信：表題26文字以内 原稿200文字以内
添付ファイル（JPEG又はPING）10MB以下

■ 申込方法

上北山村有料広告掲載等申込書（様式第1号）に掲載しようとする広告案を添えて期限までに役場総務課へ提出してください。

■ 広告掲載料

広 報 紙：20,000円/回

各戸配布物：1枚20円※枚数は広報紙の印刷部数と同数とします。
（広告チラシ）

ホームページ：20,000円/月

かみきた通信：3ヶ月掲載 4,000円/回（放送後、3ヶ月掲載）

※ただし、村内事業者は広告料を4分の1とします。

このほか、詳細は役場総務課、または村ホームページをご確認ください。

お問い合わせ

役場総務課 TEL 2-0001

空き家を所有されている皆さま



7月29日(水)までに
ご予約をお願いします。

空き家セミナー・ 相談会を開催します！【予約制】

●例えば、こんなお悩みはありませんか？

■年に何度か(盆・正月や法事の時)は帰るため、家を売ったり貸したりはできないが、十分な管理ができていない。

■空き家にかかる管理や修繕の費用を抑えたい。

そんな、空き家の「どうすればいいのかわからない!」に対して、維持管理の方法や、今まで考えていなかったような活用方法まで「建築」・「税務」・「法務」といった幅広い分野の専門家がしっかりと話を聞き、実際の家を見て(調査して)どのように管理、活用していくかを提案します。

下北山村・上北山村の合同で相談会を開催いたします。

- 日時 令和2年8月1日(土) セミナー 午後1時～2時
相談会 午後2時15分～4時15分
- 場所 下北山村 寺垣内コミュニティセンター
〒639-3803 奈良県吉野郡下北山村大字寺垣内771
- 費用 無料

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、会場内の換気、マスクの着用、入館時の手の消毒等にご協力をお願いします。また、感染予防対策のためセミナー・相談会の参加は予約制とさせていただきます。ご予約は下記の連絡先で承ります。7月29日(水)までをお願い致します。

ご予約・お問い合わせ先

- 特定非営利活動法人空き家コンシェルジュ (奈良県橿原市小房町9-32) TEL 0744-35-6211
- 下北山村役場 地域創生推進室 TEL 07468-6-0001
- 上北山村役場 企画政策課 TEL 07468-2-0001

●特定非営利活動法人空き家コンシェルジュについて

NPO法人で奈良県初の「空き家管理」に特化した団体です。行政や地域との連携をはじめ、建築・税務・法務など各専門家スタッフによる、奈良県内の空き家を通して地域活性につなげていく活動を進めています。

**奈良県職員採用Ⅱ種試験
(森林管理職)について**

奈良県では、スイスやドイツの森林管理官(フォレスター)を参考とした「奈良県フォレスター」(市町村において、長期間、同一の森林に関する行政事務を担う奈良県職員)となる職員(森林管理職)を採用するための試験を実施します。

■試験日程等

申込期間：8月18日(火)午前9時～9月3日(木)正午

第一次試験：9月27日(日)

第二次試験：11月4日(水)～11月9日(月)までのうち指定する1日

■受験資格

昭和55年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた人

■試験種目

第一次試験：教養試験、作文試験、適性検査

第二次試験：口述試験

■その他

この試験に合格し、採用された方は、県職員として令和3年4月開校予定の奈良県フォレスターアカデミーに入学し、2年間のフォレスター学科における教育を経て、卒業後に「奈良県フォレスター」に任命される予定です。

試験に林学の専門知識を必要とする種目は無く、奈良県へU、J、ターンを検討されている方、奈良県の森林に関心を持つ

方など、広く受験者を募集しています。採用試験の詳しい情報は、奈良県人事委員会事務局のHP

(<http://www.pref.nara.jp/9723.htm>)からご確認ください。



**あなたも自衛隊で働いてみませんか？
【防衛省自衛隊説明会】**

就職・転職をお考えの方、この機会にぜひお越しください。

日時：8月17日(月)・18日(火)

第一回 午前10時～12時

第二回 午後1時～午後3時

場所：ハローワーク下市 2階会議室

※事前申込は不要です。

状況により、細部場所や日時等が変更になる場合がございます。

■お問い合わせ・連絡先

自衛隊奈良地方協力本部五條地域事務所

TEL：0747-221-3789

担当：西嶋(にしじま)

海上保安大学校学生採用試験

海上保安庁は、2020年度「海上保安大学校学生採用試験」を左記のとおり実施します。

■受験資格

令和2年4月1日において高等学校又

は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない者及び令和3年3月までに高等学校又は中等教育学校を卒業する見込みの者

または同等の資格があると認める者

■受付期間：8月27日(木)～9月7日(月)

■一次試験：10月31日(土)～11月1日(日)

※詳細はお問い合わせください。

■お問い合わせ

大阪海上保安監部管理課

〒552-0002

大阪市港区築港4丁目10番3号

TEL：06-6571-0221

奈良県広域消防組合

消防職員採用募集案内【後期】

奈良県広域消防組合では、令和3年4月1日採用予定の消防職員を募集します。

■募集区分

短大・高校区分

■募集案内詳細

令和2年7月下旬ホームページにて掲載予定

URL：

<http://www.naraksk119.jp>

■お問い合わせ

奈良県広域消防組合消防本部人事企画課 課人事係

〒630-8578 奈良市登大路町80番地

TEL：0744-200-1119

〒630-8578 奈良市登大路町80番地

TEL：0120-351-204

(採用フリーダイヤル)

URL： <http://www.police.pref.nara.jp/>

奈良県警察官採用試験

■募集内容

①警察官(大卒区分)

男性56人程度、女性7人程度

②警察官(大卒区分以外)

男性29人程度、女性4人程度

■対象

①昭和62年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した人又は令和3年3月末までに卒業見込みの人

②右記以外の人

■受付期間

郵送(簡易書留)・持参(直接左記受験申込先)：8月21日(金)まで

インターネット(県警ホームページ)：8月17日(月)まで

■試験日(第一次試験)

教養試験(作文試験)：9月20日(日)

体力試験・口述試験：10月10日(土)、11日(日)のうち指定する1日

※右記以外に、特別区分(「武道A」「武道B」「サイバー捜査官)による採用試験を実施します。

詳しくはお問い合わせください。

■お問い合わせ・受験申込先

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

TEL：0120-351-204

(採用フリーダイヤル)

URL： <http://www.police.pref.nara.jp/>

村の

電話帳



役場 2-0001

ワースリビングかみきた
診療所 2-0016
(休日及び午後5時15分以降は、役場に転送されます。)

保健福祉課 3-0380
社会福祉協議会
2-0129

教育委員会 2-0066

上北山やまゆり学園
2-0027

やまゆり保育園
2-0230

村民総合会館 3-0330

白川公民館 3-0120

ふるさとふれあい会館
3-0218

一般社団法人
ツーリズムかみきた 2-0102

上下北山衛生センター
し尿 5-2227
ゴミ 5-2251

吉野警察署河合駐在所
2-0005

吉野消防署北山分署
5-2450

吉野土木事務所
工務第二課 2-0098

関西電力株高田営業所
0800-777-8051



火災時の通報

119通報(消防署)
と同時に、役場にも必ず通報してください。

戦没者遺児の皆さんへ

～戦没者遺児による

慰霊友好親善事業への

参加募集のご案内～

先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を実施するとともに、同地域の住民と友好親善をはかることを目的としています。

- 参加費：10万円
- ※令和元年度参加者以外は、複数回の応募可能。
- ※参加者の高齢化を考慮し看護師同行。
- ※日程等詳細はお問い合わせください。

お問合せ先 日本遺族会事務局 03-3261-5521

電気使用安全月間

8月は高温多湿のため電気事故などが発生しやすい月です。電気は便利な反面、使い方を誤ると大変危険です。日頃から電気の使用安全を心掛けましょう。

お問合せ先 関西電気保安協会 奈良支店
TEL0742-32-1371

農薬の適正使用の徹底をお願いします

農薬を使うときは周辺の人、物、農作物などに配慮してください。

農薬はラベルに表示されている内容に従って使用することが義務づけられています。

学校・公園・住宅地に隣接する場所で農薬を使用する場合は、飛散防止の取組と周辺住民への事前周知を徹底しましょう。

お問合せ先

奈良県食と農の振興部 農業水産振興課 農産物ブランド戦略係
TEL:0742-27-7442



年金だより

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少してる方へ

令和2年2月以降に収入が減少した場合は、令和2年度サイクル（令和2年7月～令和3年6月）においても同様に申請ができます

対象者

以下、いずれも該当する方が対象になります。（対象者に変更はありません）

1. 新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年2月以降に収入が減少した方
2. 令和2年2月以降の所得の状況からみて、当年中の所得見込み額（※1）が、国民年金保険料免除基準相当（※2）（※3）になることが見込まれる方

- ※1 令和2年2月以降の任意の月（収入が最も低い月）における所得額を12ヶ月分に換算し、見込みの経費等を控除し算出します。
- ※2 当年中の所得見込み額が一部免除基準相当に該当する場合は、それぞれの基準に相当する一部免除が適用になります。
- ※3 免除等の判定においては、世帯主及び配偶者（納付猶予は配偶者のみ）も審査の対象となります。

申請対象期間

令和元年度分として：令和2年2月分から令和2年6月分まで

令和2年度分として：令和2年7月分から令和3年6月分まで

申請に必要なもの

1. 国民年金保険料免除・納付猶予申請書

※申請書⑩特例認定区分欄「3.その他」に○をし、「臨時特例」と記入します。

2. 所得の申立書【簡易な所得見込額の申立書（臨時特例用）】

※令和元年度分と令和2年度分の2年度分の申請を希望される場合は、同時に申請ができます。その場合、申請書は2枚必要となりますが、所得の申立書は1枚記入いただくことで、両年度の添付書類として扱います。

申請方法

申請書の提出先は、役場の国民年金担当窓口、または年金事務所です。

（感染防止の観点から、郵送での提出を推奨しています。）

お申込み・お問合せ：『ねんきんダイヤル』

TEL：0570-05-1165

※050から始まる電話番号でおかけになる場合は03-6700-1165
お問合せの際は、基礎年金番号がわかるものをご用意ください。

「こんにちは保健師です」

■今回のテーマ

熱中症予防×コロナ感染防止



新型コロナウイルスの感

染拡大を防ぐために、「新しい生活様式」として、一人ひとりが感染防止の3つの基本である、1.身体的距離の確保、2.マスクの着用、3.手洗いや「3密(密集・密接・密閉)」を避ける等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。このことから、夏を迎えるにあたり、皆様には、例年よりも一層熱中症にもご注意ください。

①マスクの着用について

マスクは飛沫の拡散予防に有効で、「新しい生活様式」でも一人ひとりの基本的な感染対策として着用をお願いしています。ただし、マスクを着用していると、心拍数や呼吸数、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。したがって、高温や多湿といった環境下でのマスク着用は熱中症のリスクが高まるおそれがあります。

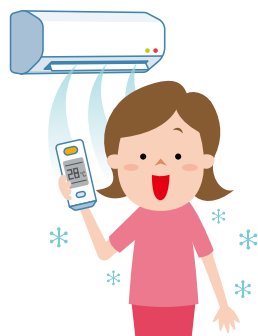
②エアコンの使用について

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。ただし、一般的な家庭用エアコンは、空気を巡回させるだけで換気を行っていません。新型コロナウイルス対策のためには、冷房時でも窓開放や換気扇によってこまめに換気を行う必要があります。換気により室内温度が高くなりがちなので、エアコンの温



③涼しい場所への移動について

少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所へ移動することが、熱中症予防に有効です。一方で、人数制限等により屋内の店舗等にすぐ入ることができない場合もあると思います。その際は、屋外でも日陰や風通しの良い場所へ移動してください。



④日頃の健康管理について

「新しい生活様式」では、毎朝など、定時の体温測定、健康チェックをお願ひしています。これらは、熱中症予防にも有効です。

⑤暑さに備えた体づくり

暑さに備え、暑くなり始めるの時期から無理のない範囲で適度に運動「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で行いましょう。

高齢者・子ども・障害のお持ちの方々は熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いいたします。

新型コロナウイルス感染症拡大を防ぐための「新しい生活様式」における熱中症予防のポイントをまとめました。

屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。

マスクを着用する場合は、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いてなく

度もこまめに水分補給を心がけましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、マスクを一時的にはずして休憩することも必要です。

外出時は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を心がけましょう。

度設定を下げるなどの調整をしましょう。

平熱を知っておくことで、発熱に早く気付くこともできます。日頃からご自身の身体を知り、健康管理を充実させてください。また、体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。

暑さに備え、暑くなり始めるの時期から無理のない範囲で適度に運動「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で行いましょう。

高齢者・子ども・障害のお持ちの方々は熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いいたします。



てんいち先生



永年の功績に対して表彰状が贈られました

7月3日(金)、永年にわたり上北山村の村長として村の舵取りを努められた福西 力さんに村制130周年記念として本村より表彰いたしました。

氏は昭和63年12月23日から平成28年12月22日までの7期28年間、本村に奉職し、豊富な経験と卓越した見識をもって、地方自治の発展に貢献されました。



2021年版 奈良県民手帳の予約受付を開始します

表紙は県章の色であるすほう色及び黒色の2種類から選んでいただけます。

県内の官公庁や救急医療施設の住所一覧、県民相談窓口に加え、人口や産業など、全国と県、市町村の主要統計データ、県内の郵便番号、大和の主な年中行事などの情報を掲載し、日記のページには、過去5年間の天気マークも付いています。

一冊600円で11月に販売を予定しています。

ご予約は8月31日(月)までに役場総務課で受け付けています。



税・保険料の納期限

【7月31日】

- ・固定資産税 第2期
- ・国民健康保険税 第1期
- ・長寿(後期高齢者)保険料 第1期

納期限までに納めましょう。
便利な口座振替もご利用ください。

村のようす

世帯数	303	(±0)
人口	492	(+1)
男	254	(±0)
女	238	(+1)
面積	274.22	km ²

令和2年7月1日現在

掲載記事の訂正とお詫び

令和2年6月号13ページ「法務局」の記事において問合せ先に誤りがありました。訂正してお詫び申し上げます。

13ページ

【訂正前】奈良地方法務局桜井支局 TEL0744-42-2896

【訂正後】奈良地方法務局五條支局 TEL0747-22-2484