

2021
2月
No.635

カ
報
廣

かみきたやま



2/2 節分の日

■ 主な内容

村の出来事…………… P 2
優良消防団員表彰・ふるさと納税…………… P 3
年金だより…………… P 4

警察官採用試験情報・予備自衛官補募集案内… P 5
福祉のおしごとフェア・奈良健康情報……… P 6
診療所だより…………… P 7
確定申告・村入札結果…………… P 8

—— 毎月11日は「人権を確かめあう日」 ——

村の出来事 Topics

やまゆり保育園「節分の日」

2月2日(火)、やまゆり保育園において「節分」の豆まきが行われました。

園児たちは突然現れた鬼にびっくりして、泣いたり逃げまわったりしていました。

鬼との記念撮影も怖くてできなかった園児もいましたが、最後にはお庭で豆まきをしました。



奈良県農協より

足踏み式消毒スタンド寄贈

1月29日(金)、JA が取り組んでいる地域貢献活動の一環として、新型コロナウイルス感染症拡大防止ならびに手指消毒の励行啓発を図るため奈良県農業協同組合より足踏み式消毒スタンド2基が寄贈されました。

ご寄附いただきました物品は、感染予防対策に活用させていただきます。



製材所が再稼働しました

1月、小椽にある製材所が再び稼働いたしました。

同所は、村が森林環境譲与税を財源に、林業に係る2次産業を公共事業として実施しました。

「製材(せいざい)」とは……丸太を板や角材に加工することで、製材を行う事業所を製材所といいます。

稼働に関し、所有者やOBの方々等、多くの皆さんに関わっていただきました。今後、みなさまのお知恵をお借りして、村の森林資源の有効活用をしていきたいと思えます。

また、製材所で作られたテーブルセットが、上北山村振興センター2階に設置されておりますので、是非ご覧ください。

お問い合わせにつきましては、下記までお願いします。

担当：建設課 林業係 電話2-0001



令和3年優良消防団員表彰

令和3年村消防出初式および吉野支部連合出初式は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となりましたが、優良消防団員の各表彰については、日頃の消防活動の功績をたたえ、授与されました。

退団者、新入団員、表彰者は次の方々です。

(順不同・敬称略)

退団者

河合分団

団員 原口 清隆

団員 松島 幹利

小椽分団

団員 吉田 正

新入団員

小椽分団

団員 小谷 隆司

団員 真下 修平

消防庁長官表彰 〔永年勤続功労章〕

本部

副団長 阪口 英一

吉野警察署長表彰

西原分団

団員 大西 俊行

団長表彰

西原分団

部長 森本 訓彰

河合分団

班長 福嶋 範之

小椽分団

団員 小松 豊

奈良県知事表彰

小椽分団

班長 福西 克之

奈良県消防協会長表彰

河合分団

分団長 更谷 満

奈良県消防協会 吉野支部長表彰

河合分団

班長 福嶋 範之



ふるさと納税の状況をお知らせします

令和2年1月から12月までのふるさと納税の納付状況を下記のとおりお知らせします。
ご寄附いただきましたふるさと納税は本村の発展のために大切に使用させていただきます。
ご寄附いただき心よりお礼申し上げます。

◆令和2年1月～12月 寄附金額・寄附件数

金 額	10,166,000円	前年金額	8,088,000円
件 数	418件	前年件数	251件

◆寄附金の活用希望先

活 用 先	件 数	寄 附 金
子育て、教育又は文化の充実に 関する村づくり	109件	3,967,000円
産業・観光振興又は自然環境保全、 公衆衛生の向上に関する村づくり	85件	1,846,000円
地域医療・福祉・防災の充実に 関する村づくり	62件	1,237,000円
村長におまかせ	162件	3,116,000円

年金だより

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには**請求書の提出が必要です**。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。



対象となる方

■ 老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

- 65歳以上である
- 世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- 年金収入額とその他所得額の合計が87万9,900円以下である

■ 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

右記の要件を満たしている必要があります 前年の所得額が462万1,000円以下である

請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から令和2年10月中旬頃から、請求可能な旨のお知らせを送付しています。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。

② 年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市町村で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

日本年金機構や厚生労働省から、電話でお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めめることもありません。

年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときは、お電話ください。

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。

〈受付時間〉月 曜 日 午前8:30～午後7:00
火～金曜日 午前8:30～午後5:15
第2土曜日 午前9:30～午後4:00

URL: <https://www.nenkin.go.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。

**令和3年度 警察官
(第1回)採用試験情報**

■第一次試験日

教養試験・論文試験:5月9日(日)
 体力試験・口述試験:5月22日(土)、23日(日)のうち指定する1日

■受験資格

昭和63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4年3月末日までに卒業見込みの人

■受付期間

・郵送(簡易書類):3月4日(木)~4月16日(金)
 ・持参:3月4日(木)~4月16日(金)
 ・インターネット:3月4日(木)~4月12日(月)
 ※「大卒区分」以外に、特別区分(「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

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/>



**令和3年度
予備自衛官補(一般・技能)募集案内**

【受付期間】 1月6日(水)~4月9日(金)

【試験日】 4月17日(土)

「予備自衛官補」とは災害派遣などで活躍する「予備自衛官」になるためのコースです。大きく「一般」と「技能」に分かれ、資格も異なります。

詳しくはお問合せ下さい。

志願から受験まで全力でサポートさせていただきます。



◆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: 0747-22-3789

【担当:西嶋(にしじま)、藤原(ふじわら)】

転職や就職をお考えの方、ご存じの方、まずはご連絡下さい。

福祉のおしごとフェア2021

日 時：3月14日(日)

午前10時～午後4時30分

場 所：奈良県コンベンションセンター

(奈良市三条大路1-691-1)

概 要：●「魅力ワクワク・ブース de 面談」60 事業所参加予定

午前10時～午後4時30分

●奈良県福祉・介護の仕事 PR 隊の

「動画でわかる！福祉のお仕事の魅力 & やりがい」

午前10時～午後3時30分

対象者：2022年3月卒業予定の大学・短大・専門学校生等で福祉職場に就職希望の方

福祉・介護職場への就職や転職希望の方

福祉の仕事に関心のある方

費 用：参加費無料(当日申込 OK・履歴書不要・入退場自由)



問い合わせ：奈良県福祉人材センター

TEL：0744-29-0160

内服の便秘治療薬の種類について

冬は便秘になりやすいとされています。

その原因として、おなか冷え、動きが悪くなること、寒くなると運動する機会が減ること、水分摂取量が減少すること等が考えられます。また、高齢になるほどこれらの条件を満たし易く、元々便秘傾向の人は特に注意が必要です。

便秘を解消するために食物繊維の多い食事をしたり、運動する等が最善ですが、なかなかうまくいかない時には便秘治療薬を使用することになると思います。

中でも内服薬は簡便で、市販薬も多数販売されています。内服薬は刺激性下剤と非刺激性下剤の2種類に大別されます。

刺激性下剤はその名前通り腸粘膜や神経を刺激して腸の運動を活発にして排便を促すもので、センナ、センノシドなどが代表的なものです。漢方薬の下剤もこれに含まれます。

非刺激性の下剤は、腸内に水分を集めて、便を軟らかくして排便を促す物で、代表的なものは酸化マグネシウムです。市販薬はそのどちらか、もしくは両方を配合しているものになります。

医療機関で使用される内服便秘薬、特に非刺激性下剤は最近になり様々な種類が開発され、使用されるようになってきました。先に挙げた酸化マグネシウムを含む塩類下剤だけでなく、腸液分泌を促進する新しい薬や、胆汁成分の再吸収を抑えることで腸内の水分を分泌亢進させる種類などもあります。

従来の便秘薬や、市販薬で満足していない人は一度かかりつけ医師に相談してみてください。

また、便秘そのもので、その精査をすることも忘れないでください。

奈良県医師会

診療所

健康づくりのアドバイス

だより

Vol.



83

ウイルスについて



上山山村国民健康保険診療所
医師 **金谷 悠司**

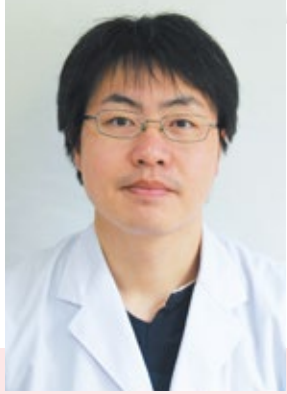
いつもお世話になっております。上山山村診療所の金谷です。厳しい寒さが続きますが、皆さま体調はお変わりありませんでしょうか。

しばらく話題続きの新型コロナウイルスですが、今回はウイルス全般についてのお話をさせていただきます。かと思ひます。

そもそもウイルスは細菌(バイ菌)と違って細胞を持たず、自力で増えることができます。動物やバイ菌などの細胞の増殖能力を借りて増やしていきます。例えばインフルエンザウイルスはまず鼻咽頭の細胞に入り込み、増殖します。

ある程度の量に達したら細胞の外に出て血液中に漂い、

ウイルスについて



上山山村国民健康保険診療所
医師 **金谷 悠司**

に、という具合に寄生先が異なります。さらに増殖のスピード、体外における安定性などが異なり、バリエーションが生まれます。しかし宿主の細胞の中で増えて活発になると、血液中に移って全身に回るといった特徴は同じです。

インフルエンザ同様、コロナウイルスも変異しやすいウイルスであり、今猛威を奮っている新型コロナウイルスは極めて厄介な変異を起こしたコロナウイルスです。

コロナウイルスも鼻咽頭に親和性が高いと言われていますが、変異を起こしたSARSやMARS、新型コロナウイルスなどの変異したものは気管支や肺、消化管の細胞にも入り込みやすいと言われています。

ウイルスは意志を持つわけではなく、目的を持って変異しているわけでもありません。DNAやRNAといった遺伝情報はコピーする時にかなり繊細な作業が必要で、ちよつとずれただけで失敗に終わり、コピーできずに原本もるとも消滅してしまつことも少なくありません。もちろん細胞にはそのミスを修復する能力も備わっていますが、1

00%ミスを修復することは困難でしょう。そのため、コピーミスをしてしまつた結果、大抵の場合は死滅してしましますが、稀に生き残ることができてしまつコピーミスがあり、その生き残りが変異ウイルスとして増えていきます。

その結果遺伝情報が変わっているの、人間の免疫細胞が以前より戦っているウイルスとして認識するのに時間がかかってしまつか、あるいは別のウイルスとして一から対応するハメになるため、生き残っていきます。

逆にヘルペスウイルスのようにDNAを持ち、変異は起こしにくい一度感染すると生涯体外に出されることなく、ひっそりと寄生を続けるウイルスもいます。このようなウイルスは、おそらく宿主とお互い殺し合わず良い具合の関係性を築いて生きていることと思います(バランスが崩れてしまつと、口唇ヘルペスなど病気として現れてしまいます)。

以上のように、ウイルスも何かしら生き残ることができ術を持つものが生き残ってきたのだと、個人的には思

ます。遙か昔に生物の細胞に寄生したミトコンドリアは、未だに生物との間に共存関係を保っています。生物側としてはこれほど酸素を用いて恒久的に効率よくエネルギーを取り出せる工場はないですし、ミトコンドリアとしても生物が繁栄するともに自動的に自分たちも繁栄していきます。

ウイルス同士、細菌同士も別に味方というわけではなく、お互い生存のための競争相手であり、どちらかという敵同士です。ただ人間も含めお互い過干渉せず、うまく具合に利用し合える関係であればベストだと感じます。新型コロナウイルスがどのような形で決着がつくのか未知数ですが、今後しばらくはこれまでのインフルエンザのような敵になるように思ひます。そして、インフルエンザは今大人しそつにみえますが、このまま勢いがなくなつていくのか、ツートップとして君臨するのか、気になるところです。

以上のように、ウイルスも何かしら生き残ることができ術を持つものが生き残ってきたのだと、個人的には思



てんいち先生



令和2年分

確定申告期限は 4月15日(木)です

今年も所得税の確定申告の時期となりました。確定申告は1年間に生じた所得に対する税金を精算する大切な手続きです。

◎2月末と3月末は窓口の混雑が予想されます。

ご迷惑をおかけして申し訳ございませんが、できるだけ混雑時をさけてご利用くださいますようお願いいたします。

源泉徴収票等の申告に必要な書類は大切に保管し、申告時に持参してください。

■日 時：2月16日(火)～4月15日(木)

※祝日休日を除く

※受付時間 平日午前9時～午後5時まで

■場 所：上北山村役場 住民課



問合せ：住民課 税務係 TEL：2-0001

税・保険料の納期限

【3月1日】

- ・固定資産税 第4期
- ・介護保険料 第6期
- ・国民健康保険税 第8期
- ・後期高齢者医療保険料 第8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	299 (+3)
人口	479 (±0)
男性	245 (±0)
女性	234 (±0)
面積	274.22km ²

令和3年2月1日現在

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

2月2日入札

■河合上切住宅改修工事 (河合地内)

①4,316,400円 ②南部開発

■岩屋谷残土場整備工事 (白川地内)

①19,630,600円 ②株中村組

■森林管理施設整備工事 (河合地内)

①4,353,800円 ②株K興業

■林道サンギリ線災害復旧工事(令和2年台風14号災害第1号箇所)
(河合地内)

①2,762,100円 ②株門田建設