

# Sango

三郷町の未来都市さんごう

2026

3

No.731

3月1日発行

SDGs 未来都市さんごう



三郷町は、2030年に向けて、誰一人取り残さない社会の実現に取り組んでいます。

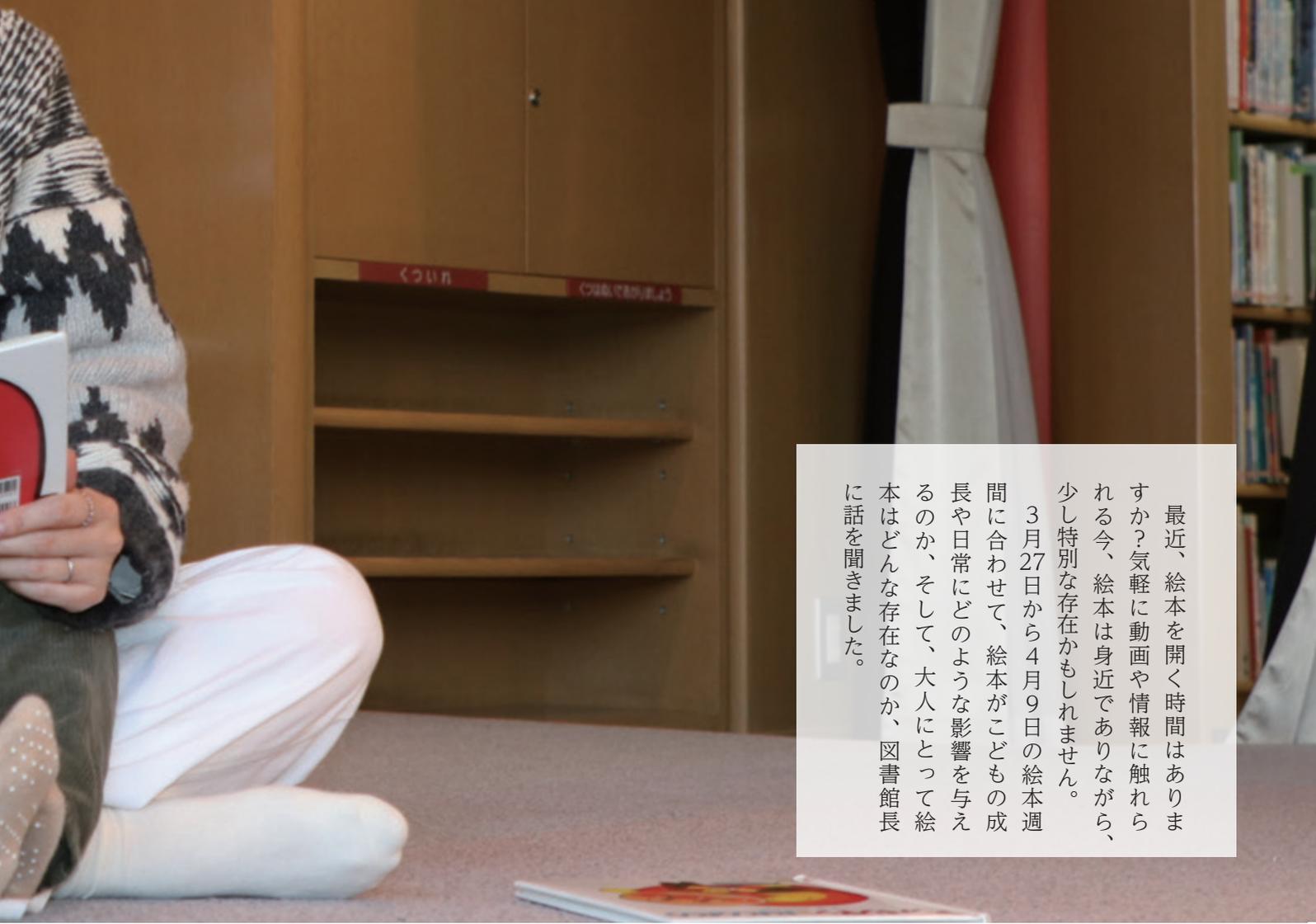


JAPAN HERITAGE  
日本遺産

## 今月の表紙

今月の表紙は、図書館で絵本を選んでくれた女の子！最近歩けるようになり、棚から棚へトコトコ歩きながら、絵本に興味津々でした。今月は、絵本の魅力を特集します。

# 心の成長と絆を育む 絵本の力



最近、絵本を開く時間はありますか？気軽に動画や情報に触れる今、絵本は身近でありながら、少し特別な存在かもしれません。

3月27日から4月9日の絵本週間に合わせて、絵本がこどもの成長や日常にどのような影響を与えるのか、そして、大人にとって絵本はどんな存在なのか、図書館長に話を聞きました。

## 図書館長 インタビュー

### 絵本が育むこどもの心

絵本を通して、こどもは物語の世界に触れ、さまざまな感情や言葉と出会います。楽しい、悲しい、嬉しいといった気持ちを疑似体験することで、心が動き、表現する力も育っていきます。

### 想像し、感じる力が育つ時間

物語に登場する人物に気持ちを重ねることで、こどもの想像力や感性が豊かになります。また、絵本の世界に集中する時間は、集中力や記憶力を育てることもつながります。登場人物の感情に寄り添うことで、気持ちを理解し、共感する力も自然と身に付いていきます。

### 読み聞かせは「余韻」を大切に

絵本を読むときは、こどもが物語に集中できる環境を整えることが大切です。視界に動くものが入らない落ち着いた場所を選ぶことで、絵本の世界に入り込みやすくなります。過度な抑揚やアドリブは控え、絵本の文章を大切にしてみてください。そして、読み終えた後は、感想を求めず、物語の余韻に浸る時間を大切にしてあげてください。



## 大人にこそ届く絵本の魅力

絵本は子どもだけでなく、大人にも学びや気づきを与えてくれます。読み返すことで、子どもの頃に感じていた気持ちを思い出し、自分自身を見つめ直すきっかけにもなります。

## 絵本がつなぐ、心と絆

絵本は子どもを物語の世界へと誘う、大切な存在です。また、成長を促すだけでなく、家族の時間を豊かにしてくれます。読み聞かせを通して生まれる会話やふれあいは、家族の絆を深めてくれます。絵本週間にきっかけに、皆さんにも絵本の魅力に触れていただけたらと思います。



▲エリックカール 作  
『はらぺこあおむし』が  
今でも大好きな図書館長

絵本との出会いは特別な準備がなくても、身近な場所で行うことができます。次のページでは、絵本が読める町内のスポットをご紹介します！各施設の方々や司書の皆さんがおすすめる絵本が登場します。

# 絵本の森



## 町立図書館



### 図書館司書さん



## 3~5さいへのおすすめ

### 『うきばちです』



『うきばちです』 かわばた まこと 川端 誠 作  
植木鉢にのっぺらぼうを植えると、目や口が次々に出てくるちょっと不思議なお話。ド直球な言葉遊びやユーモアあふれる展開に、大人も楽しめる絵本です。

● 私のおすすめの絵本は西内 にしうち ミナミ 作『ぐるんぱのようちえん』です。ひとりぼっちで暮らしていた、ぞうの“ぐるんぱ”が、働きに出ますが失敗続き…そこで、こども達と出会い、居場所を見つけていくお話です。文字が読めなくても色彩豊かで楽しめます。こどもの頃に絵が好きで見えていましたが、大人になって改めて読んでも、素敵な絵本です!

● 私達のおすすめの絵本は、かがくいひろし 作『だるまさん』シリーズです。コロンとしたフォルムがかわいい“だるまさん”。簡単な動きで、こどもと一緒に真似をしながら楽しめるので、表現遊びとしても、年齢を問わず親しまれています。ちいすてっぷでもとても人気のある絵本です!

### ちいすてっぷ 保育士さん



## ちいすてっぷ



## 小学生へのおすすめ

### 『ちゃのまのおざぶとん』



『ちゃのまのおざぶとん』 かねこ まき 作  
みんなのお尻を支えることが仕事の“おざぶとん”と、家族のにぎやかな日常が描かれた絵本。“おざぶとん”の置かれる状況やさまざまな表情に、思わず笑ってしまった癒されたりする、とても楽しい一冊です!



## 0～2さいへのおすすめ



『トトト』 うみの海野 あした 作  
いろいろな動物の足音が聞こえてきて、ページをめくるときに音も楽しめる絵本。ハードタイプなので、小さなお子さんでもページをめくる楽しさを味わえます！

MOKUMOKU Cafe (奈良おもちゃ美術館1階)には約2,200冊の絵本があります。そのうち、約500冊は町立図書館の蔵書で、季節にあった絵本を選んで借りています。

絵本は、こどもが初めての世界と出会い、言葉を育む大切なきっかけ。そんな絵本を通じて、家族とのふれあいや心のつながりを深めていってほしいです。

MOKUMOKU Cafeは、赤ちゃんからお年寄りの方まで、誰もが集える地域の憩いの場にしたいという思いがあります。こどもだけでなく、大人の方も絵本の世界に浸りながら、心温まるひとときをお楽しみください。

## おすすめ

MOKUMOKU Cafe  
～本のある山のカフェ～



奈良おもちゃ美術館  
館長

私のおすすめの絵本は、マレーク・ペロニカ 作『ラチとらいおん』です。世界で1番弱虫の男の子“ラチ”が、小さな“らいおん”と出会い、一緒に成長していくお話です。幼い頃、怖がりだった私がとても勇気をもらえた思い出の絵本です！

MOKUMOKU Cafe  
店員さん



## 大人へのおすすめ



『ドン・ウッサ  
ダイエットだいさくせん!』

キューライス 作  
ダイエットをしたいウサギの親分“ドン”と、そのサポートをする“こぶん”達。独特な絵柄とお互いを思いやる気持ちが、グスッと笑えるユーモアたっぷりの絵本です。

絵本は読まれる方や場所によって、いろいろな楽しみ方があります。親子で読む時間や、ふとした時間に絵本を開くことも、日常の中の小さな楽しみになるかもしれません。今回紹介している絵本は、どれも図書館で借りることができるので、ぜひ、図書館でも探してみてください！

絵本週間をきっかけに、絵本の時間を日常に取り入れてみませんか？



# 警察からのお知らせ

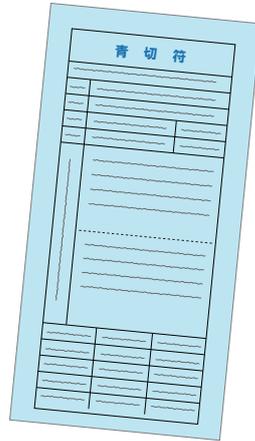
## 自転車の交通違反に“青切符”が始まります。

自転車も車両の仲間として、交通ルールの遵守じゆんしゆを図るため、4月1日(水)から16歳以上の方による自転車の一定の交通違反に対して、青切符が導入されます。

### 青切符とは？

青切符は、軽微な交通違反をした場合に交付される「交通反則告知書」のことです。青色の用紙が使われているため、通称「青切符」と呼ばれています。自動車やバイクだけでなく、これからは自転車にも適用されます。

青切符を受け取り、反則金を支払うことで違反者は速やかに処理を受けることとなります。



### なぜ自転車の交通違反に「青切符」を導入したの？

自転車は「車両」として、道路交通法を守る必要があります。交通事故を防ぐためには、ルールの遵守が欠かせません。そのため、青切符を導入し、違反者への効果的な指導を行うことにより、違反を減らし、安全な交通環境を作ることをめざしています。

## こんな運転は青切符の対象に！



携帯電話機の使用  
反則金12,000円



信号無視  
反則金6,000円



イヤホンなどを使用  
反則金5,000円



一時不停止  
反則金5,000円



2人乗り  
反則金3,000円

このほかにも青切符の対象になる違反があります！  
詳しくは奈良県警察ホームページをご覧ください。



### 危ない運転を繰り返すと 自転車運転者講習の対象に！

もし自転車の危険な運転を繰り返すと、「自転車運転者講習」を受けることを求められる場合があります。日ごろから安全運転を心がけましょう。

### すべての方に守ってほしい 自転車安全利用五則

- 一、車道が原則、左側を通行  
歩道は例外、歩行者を優先
- 二、交差点では信号と  
一時停止を守って、安全確認
- 三、夜間はライトを点灯
- 四、飲酒運転は禁止
- 五、ヘルメットを着用

### 自転車も交通ルールを守って 安全に走行を！

自転車も車両の仲間として、交通ルールを守ることが大切です。ルールを守ることで、自分自身や他の方の安全を守ることができます。これからも、自転車に乗るときは、しっかりと交通ルールを守りましょう！

## 新シーズンに向けて

### 奈良クラブが表敬訪問

1月23日(金)、奈良クラブの岡田慎司選手・中山雅斗選手が、2月7日(土)に開幕する明治安田J2・J3百年構想リーグを前に表敬訪問されました。

元日本代表選手の大黒将志監督ならではの実演指導のもと、岡田選手は「新リーグではJ2チームとも戦うことになるが、新しく特別な大会なので、特別な思い出が残るよう、優勝したいです!」と熱い思いを話されました。

また、中山選手は「父親の影響で幼少期からサッカー一本で頑張ってきた。もっと奈良クラブを広めたいので、優勝をめざします!」と意気込みを語られました。

見てくれる人が多いほど選手の間になることで、皆さんぜひ、お散歩がてらナラディーアの練習も見に来てくださいなね。



## 笑顔と躍動の大和川 町民マラソン・駅伝大会が開催!



1月25日(日)、風が強く冷え込む中、大和川河川敷で「町民マラソン・駅伝大会」が開催。今年は、小学1年生からなんと85歳まで幅広い年齢の方々が参加されました。ゴール地点では、達成感あふれる爽やかな笑顔が多く見られ、大変盛況でした。

ランナーの皆さん、本当にお疲れ様でした!

なお、皆さんの記録は町ホームページからご確認できます。

※ゼッケン番号が不明の方は、生涯学習課までお問い合わせください。

### お問い合わせ先

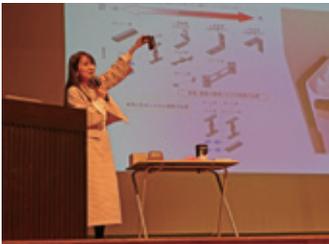
生涯学習課 ☎ 43-7332



▲結果はこちらから

## 「備え」を考える特別な1日 防災フェスタが開催!

1月31日(土)、防災講演会をはじめ、消防車やパトカーなどの車両展示、被服体験、防災スキル体験など、文化センター内外でさまざまなブースが展開された防災フェスタが開催。防災講演会では、「みんなで助かる! おうち防災」をテーマに防災アナウンサー・奥村奈津美氏に講演をいただきました。身近なところからできる「備え」について考えられる機会となり、より防災意識が高まった1日でした。



## 南都銀行派出窓口での公金などの 收受を終了します。

現在、午前9時30分から午後0時30分まで、会計課横の南都銀行派出窓口で公金などの收受を行っていましたが、3月31日(火)をもって終了します。今後、三郷町への公金の納付などは、会計課窓口で收受します。

※公金などの納付は、口座振替への変更またはお近くの金融機関やコンビニエンスストアなどの納付が便利です。

### 【三郷町への公金納付に ご利用いただける金融機関】

- ・ 南都銀行
  - ・ 奈良中央信用金庫
  - ・ 奈良信用金庫
  - ・ 大和信用金庫
  - ・ 奈良県農業協同組合
  - ・ ゆうちよ銀行・郵便局(近畿2府4県)
- ※一部取り扱いきれない納付書あり  
(会計課)



# スポーツ大会 参加募集!!

三郷町スポーツ協会主催の各種大会の参加者を募集します。  
各大会の申込期間内に申込用紙を提出してください。

お問い合わせ先 生涯学習課 ☎43-7332

## 軟式野球大会

と き 4月12日(日)・19日(日)  
午前8時45分  
ところ 中央公園多目的広場  
資格 町内在住・在勤・在学の18歳以上の方  
(高校生を除く)  
※1チーム10名以上の団体。  
申込期間 3月16日(月)～27日(金)  
午前9時～午後5時  
(土曜・日曜日、祝日を除く)

お申し込み先 生涯学習課

## 家庭婦人バレーボール大会

と き 4月12日(日)午前9時  
ところ スポーツセンター・アリーナ  
資格 町内在住・在勤の女性  
1チーム10～15名の団体  
申込方法 当日午前8時30分～8時50分に  
現地で受け付けします。

## バドミントン大会

と き 4月12日(日)午前9時  
ところ スポーツセンター・アリーナ  
資格 町内在住・在勤・在学の小学生以上の方  
(1名でも可)  
申込方法 当日午前8時30分～8時50分に  
現地で受け付けします。

## 卓球大会

と き 4月5日(日)午前9時  
ところ スポーツセンター・アリーナ  
資格 町内在住・在勤・在学の方  
(1名でも可)  
申込期間 3月16日(月)～27日(金)  
午前9時～午後5時  
(土曜・日曜日、祝日を除く)  
お申し込み先 生涯学習課  
※町卓球連盟のチームに所属の方は申込不要

## ソフトテニス大会

と き 4月5日(日)午前9時  
ところ 竜田運動公園テニスコート  
資格 町内在住・在勤・在学の方  
(1名でも可)  
※審判などの運営にご協力を願います。  
申込期間 3月16日(月)～27日(金)  
午前9時～午後5時  
(土曜・日曜日、祝日を除く)

お申し込み先 生涯学習課

## テニス大会

と き 4月12日(日)午前9時  
ところ 竜田運動公園テニスコート  
資格 町内在住・在勤・在学の方  
(1名でも可)  
※審判などの運営にご協力を願います。  
申込期間 3月16日(月)～27日(金)  
午前9時～午後5時  
(土曜・日曜日、祝日を除く)

お申し込み先 生涯学習課

## ゲートボール大会

と き 4月5日(日)午前8時30分  
ところ 中央ゲートボール場  
資格 町内在住・在勤・在学の16歳以上の方  
編成 1チーム7名以内  
申込期間 3月16日(月)～27日(金)  
午前9時～午後5時  
(土曜・日曜日、祝日を除く)

お申し込み先 生涯学習課



みんなで楽しく  
スポーツで  
リフレッシュしよう!



# 奈良クラブサッカー教室を開催します

明治安田生命保険相互会社から、企業版ふるさと納税としてご寄付いただき、FSS35スポーツパークの屋内練習場がリニューアル。新しく空調機を導入するなど、快適に利用できるようになりました。

リニューアルを記念して、スポーツパークの管理運営をしている奈良クラブ主催のサッカー教室を開催します。ぜひ、ご参加ください。

とき 3月29日(日)

①年中児〜小学1年生の部

午前10時〜11時10分

先着30名

②小学2年生以上の部

午後1時30分〜3時

先着30名

ところ FSS35スポーツパーク

屋内練習場

申込期間 3月22日(日)まで

※定員に達し次第、受付終了

申込方法 左記の2次元コードからお申し込みください。

お申し込みください。



①年中児〜小学1年生の部



②小学2年生以上の部

奈良クラブの  
スクールコーチの  
サッカー教室で  
スキルアップ!



## 参加者全員に奈良クラブ関連グッズ プレゼント!



▲プレゼント例



▲サッカー教室



▲屋内練習場

# 充実した毎日をもとに、令和8年度生涯学習の学級生募集

入会無料

「出会い」「ふれあい」「学び」の場を活かして趣味や娯楽をはじめ、さまざまな分野で積極的に学び、心豊かに過ごしませんか。

申込期間 3月31日(火)まで

午前9時〜午後5時

(土曜・日曜日、祝日を除く)

申込・お問い合わせ先

生涯学習課 ☎43-7332

※令和7年度からの継続入級もお申し込みが必要です。

※開催は年間8回程度です。年間学習計画はお申し込みの際にご確認ください。

※家庭教育学級ふあみ☆えでゅは、令和7年度で閉講しました。今後は、奈良県立教育研究所の家庭教育育月間目標をご活用ください。

※新しい知識や広い視野を身につけ、教養を深め、今よりも生活を充実させてみませんか?

入級資格 町内在住の方

みさと万葉学習会

県立万葉文化館の協力のもと、講義や現地学習により、万葉集に関する知識が深まります。

入級資格 町内在住の方

万葉集に興味がある方

歴史教養講座

帝塚山大学の協力のもと、歴史上の事柄・人物について学習します。教養を高めて有意義な人生を楽しみましょう。

入級資格 町内在住の方

歴史教養講座

入級資格 町内在住の方

歴史教養講座

入級資格 町内在住の方

歴史教養講座



▲奈良県立教育研究所  
こちらから



歴史教養講座



みさと万葉学習会



みさくら学級

## 認知症サポーター養成講座

「認知症」は年齢に関係なく発症する恐れのある脳の病気です。認知症の方を地域全体で支え合う社会の実現に向けて、認知症の理解を深め、認知症の方との接し方などを学ぶ講座を行います。

と き 3月23日(月)

午後1時30分～3時30分

と ころ 福祉保健センター

大会議室

定 員 20名(先着順)

内 容 認知症の理解と対応の仕方

講 師 キャラバンメイト

●キャラバンメイトとは…

認知症について理解を深めたい町民の方々と町内の介護従事者の活動グループです。

誰もが安心して暮らせるまちづくりのために活動しています。

申込・お問い合わせ先

地域包括支援センター

☎34-00035



ご存じですか？認知症サポーター

認知症サポーターとは、認知症の正しい知識を学び、偏見を持たず、認知症の方や家族を温かく見守り、できる範囲で助ける「応援者」です。特別な資格は不要で、約90分の「認知症サポーター養成講座」を受講するだけで誰でもなることができます。

## 賃貸住宅の原状回復トラブルにご注意

賃貸住宅の退去時に高額な修繕費を請求されたなど、原状回復費用をめぐるトラブルが多くみられます。トラブルを未然に防ぐためには、賃貸借契約をする前に、原状回復やハウスクリーニング費など、退居する際の費用負担について確認しておくことが大切です。

### 事例

6年半居住した賃貸マンションを退去した。原状回復費用として、クロスの張り替えなどの見積書が届いたが、高額で納められない。

### ◆原状回復とは

賃貸住宅の原状回復とは、借主の故意や過失によって生じたキズや汚れなどを元に戻すことをいいます。賃貸借契約が終了したとき、借主は、賃貸住宅の原状回復義務を負います。しかし、借主の責任によるものではない、経年変化および通常の使用による損耗・キズなどは、原状回復を行う義務はありません。

### ◆困ったときや心配な場合は、消費生活相談窓口へご相談ください。

毎週水曜日 午後1時～4時  
(第4水曜日 午前10時～正午、  
午後1時～4時)

### お問い合わせ先

住民福祉課 ☎43-7321

### 開設日以外の相談窓口

消費者ホットライン ☎1888

### ◆アドバイス

- ・賃貸借契約をする前に、契約内容の説明をよく聞き、契約書面の記載内容をよく確認しましょう。特に、禁止事項や修繕に関する事項、原状回復やクリーニング費用など退居する際の費用負担について、契約書類の記載内容を必ず確認しましょう。
- ・入居する時には、賃貸住宅のキズや汚れがないか確認し、写真やメモで記録に残しましょう。
- ・退去時は現場で双方立会いの下で確認し、写真や書面で記録しておくきましょう。
- ・納められない修繕費用を請求された場合には、貸主側に説明を求め、国土交通省が定めている「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」を参考に、費用負担について話し合います。

## 高齢者安全運転教室 高齢者講習予備校

お年寄りの方には、何十年も運転をしてきたベテランドライバーが多いのは事実です。しかし、加齢により、視力や体力、記憶力や判断力などがいつの間にか低下しています。若い頃と同じではないのです。

「高齢者安全運転教室」で身体と判断力の変化を理解し、それに応じた運転を行い、これからも安全に運転しましょう！

とき 3月27日(金)

午前10時～正午

ところ 福祉保健センター・大会議室

定員 20名(定員になり次第終了)

内容

- ①認知機能検査合格必勝法!!
  - ②免許更新時の認知機能検査体験
- 講師 八尾自動車教習所  
地域安全推進部長 浅田 克子あさだ かつこ氏

お申し込み先

地域包括支援センター

☎34-00035



## 「リフアイン教室」 参加者募集!

一緒に楽しく健康運動に取り組みましょう! プログラム終了後は、継続して運動ができる自主運動サークルも紹介します。

とき 4月10日(金)～

8月28日(金)

午前10時～11時30分

毎週金曜日(全20回)

※8月14日(金)は除く

ところ 福祉保健センター

対象 町内在住の65歳以上の方で、

要支援・要介護認定などを受けていない方

※過去にこの事業に参加されたことがない方

参加費 1回 200円

定員 8名

※定員を超えた場合は抽選、5名未満は実施延期

申込期間 3月2日(月)～27日(金)

申込方法 社会福祉協議会窓口で申込用紙に記入し、提出ください。

申込・お問い合わせ先

三郷町社会福祉協議会

☎34-11008



## 認知症予防「スツキリ教室」 参加者募集!

一緒に楽しく認知症予防に取り組みましょう。脳を効率よく活性化する「とっとり方式認知症予防プログラム」を導入! 歌唱・運動・脳トレ・交流もあり、楽しい教室です。

とき 4月9日(木)～6月25日(木)

午後1時30分～3時

毎週木曜日(全12回予定)

ところ 福祉保健センター

対象 65歳以上の方で、要支援・要介護認定などを受けていない方

参加費 1回 200円

定員 10名

※定員を超えた場合は抽選、5名未満は実施延期

申込期間 3月2日(月)～27日(金)

申込方法 社会福祉協議会窓口で申込用紙に記入し、提出ください。

申込・お問い合わせ先

三郷町社会福祉協議会

☎34-11008



## 35子ども食堂ボランティア連絡会 からのお知らせ

「フードドライブ(食品寄付の受付)」  
とき 3月2日(月)～6日(金)

午前9時～午後5時

ところ 三郷町社会福祉協議会

ご寄付頂きたいもの

常温で保存でき、未開封で賞味期限まで1か月以上の食品。

※そのほか日用品などで未開封または未使用の物も受け付けています。

「フードパントリー(食品の提供)」

対象 物価高騰などでお困りの子育て世帯(18歳までのお子さん)がいる世帯)

※先着30世帯  
定員に達し次第、受付終了

申込期間 3月2日(月)～18日(水)

申込方法 電話または左記のメールアドレスにお申し込みください。

35foodpantori@gmail.com

配布期間 3月23日(月)～

※概ね1週間の配布予定

申込・お問い合わせ先

三郷町社会福祉協議会

☎72-5800



みんなの権利 「人権」を大切に…

# ふれあい交流センター 児童館



みんなでいっしょに  
楽しくすごしましょう♪

## ●ふれあい交流センター・児童館

〒636-0821 三郷町立野北1丁目36番39号

☎32-2112

「ふれあい交流センター」  
児童館学童保育」  
児童を募集します。

児童館では、活動の一環として「学童保育」を開設し、下校後および学校休業日に適切な遊びや学習の場を提供しています。

### 対象

町立小学校に就学している児童

定員 20名(先着順)

### 利用期間

4月1日～令和9年3月31日

(土曜・日曜日、祝日、年末年始を除く)

### 【通常】

月～金曜日 下校後～午後6時まで

【学校休業日】春・夏・冬休みなど

月～金曜日 午前8時30分～

午後6時まで

### ところ

ふれあい交流センター・児童館

費用 無料(保育料)

申込期間 3月2日(月)～25日(水)

午前8時30分～午後6時

※月～金曜日(祝日を除く)

申込方法 ふれあい交流センター・

児童館へお越しください。

※電話申込は不可(相談可)

※夏休みなど長期休暇中のみ申し込みはできません。

※新1年生は、入学式後の受け付け

を予定しています。(相談可)

「なぞなぞ歌うたい」  
枝毛レノンさんと楽しもう!!」  
を開催します!

「なぞなぞ」を、みんなで考えよう! 間違いないよ! 大きな声で答えよう!

とき 3月18日(水)

午後2時～3時

### ところ

ふれあい交流センター・集会室

出演 なぞなぞ歌うたい

枝毛レノンさん

### 対象

町内在住の小学生と保護者の方

※妹弟さんも一緒にどうぞ!

参加費 無料

申込期間 3月13日(金)まで

### 申込方法

ふれあい交流センターまたは各学

校まで申込書を提出してください。

※ふれあい交流センターへ電話申

込をされる場合は、①学校名②学

年、組③参加人数④連絡先をお知

らせください。

### 申込・お問い合わせ先

ふれあい交流センター

☎32-2112



## 法律相談が

予約制に変わります

毎月第1・3火曜日の午後1時～4時に行っている法律相談を4月から予約制に変更します。相談をご希望の方は、お電話で予約をお願いいたします。

※3月2日(月)から予約受付開始

※予約状況により、ご希望に添えない場合があります。

※相談時間はお一人30分程度まで

※5月19日(火)・10月20日(火)は、

ふれあい交流センターで行います。

## 住民相談所の開所が

月1回に変わります

住民相談員による「住民相談所」の開所日を左記のとおり変更します。なお、予約は不要です。

引き続き、皆さんの困りごとや不安に寄り添った相談支援に努めます。

ご理解のほど、お願いします。

ところ 住民相談室

3月まで  
毎週火曜日  
午後1時～4時

4月から  
毎月第1火曜日  
午前9時～  
11時30分  
※予約不要

### 予約・お問い合わせ先

住民福祉課 ☎43-7321

# こども①でも通園制度が始まります！

4月から保育所などに通っていないお子さんを、保護者の就労要件を問わずに月一定時間まで預けることができる、お子さんとその家庭を応援する制度です。

※制度を利用するためには、事前に認定を受ける必要があります。  
詳しくは、町ホームページをご覧ください。



## 対象

保育所などに通っていない  
0歳6か月～満3歳未満のお子さん

## 利用時間

お子さん1名につき月10時間まで時間  
単位で利用可能

## 利用料

1時間あたり300円

お問い合わせ先

こども未来課 ☎43-7322

# 三郷町ファミリー・サポート・センター

ファミサポでは、地域のサポート会員さんが生後1か月から  
小学3年生までのお子さんの子育てをお手伝いします。



今回はファミサポ援助活動をしてくださっている  
サポート会員さんの声を集めました♪

純真無垢なお子さんと遊ぶ中で、  
私自身が癒され元気をもらい、  
気づきを与えてもらっています。  
私にとってなくてはならない  
時間となっています。



お子さんをサポートすることで、  
お母さんが笑顔になり、  
私も嬉しい気持ちになります。  
子育て中の方のお役に立てていると  
思うことが、活動の  
モチベーションになっています。

こども達のかわいい笑顔に  
囲まれて癒されます♪

## 三郷町ファミリー・サポート・センター

子育て支援センターちいすてっぷ内 TEL・FAX 44-3000  
開所時間 午前9時～午後5時  
(土曜・日曜日、祝日、お盆、年末年始を除く)



「こんなことでも利用  
できるかな？」  
と思ったら、お気軽に  
お問い合わせください



## 【施設使用申請について】

3月2日(月)午前9時から、令和8年6月分(文化ホールは令和8年9月分)の使用申請を受け付けします。申込者が複数の場合は抽選などで決定し、午前10時以降の申請は先着順となります。4月の受付開始日は4月1日(水)です。休館日 22日(第4日曜日)

楽しいコトに、出会える場所

# 文化センター

☎72-4461

ホームページ <https://www.sango-bunka-nara.jp>

(公財)三郷町文化振興財団

## 「カルチャーサロンさんごう」

### 春季講座受講生募集

令和8年度「カルチャーサロンさんごう」春季講座を5月から開講します。お一人3講座まで受講できます。気軽にお申し込みください。

**対象** 町内在住・在勤・在学の20歳以上の方

※初心者対象の講座です。

※2年までは連続で申込可。それ以前に受講済みの方は申込不可

※「童謡をうたおう」の講座のみ何度でも申込可

**申込方法** 文化センター窓口またはハガキでお申し込みください。

ハガキの方は、①希望の講座名②氏名(ふりがな)③郵便番号④住所⑤電話番号を記入してください。

**宛先** 〒636-0081

三郷町勢野西一丁目2-2  
三郷町文化センター 宛

※定員を超えた場合は、事務局で厳正に抽選を行い、定員に達しない場合は、開講しないことがあります。

※4月初旬までにハガキで結果をお知らせします。

**申込期間** 3月2日(月)～17日(火)

午前9時～午後5時  
※郵送の場合、17日(火)必着

4/29  
(水・祝)

## 三原綱木&ブルージーンズ

午後2時開演(午後1時30分開場)

### 三原綱木とブルージーンズの スペシャルライブ!

出演：三原 綱木、ブルージーンズ

入場料：前売 S席 3,000円  
A席 2,500円  
当日 S席 3,500円  
A席 3,000円

※座席は指定席になります。

チケットは3月10日(火)午前10時から、文化センター、ローソンチケット(Lコード：54996)で販売開始!



3/8  
(日)

## 第12回寺田麗美おしゃべりコンサート ～心に残る映画音楽vol.2～

午後2時開演(午後1時30分開場)

出演：寺田 麗美 (サクソフォン)  
美越 希 (ピアノ)

入場料：一般：1,000円  
中学生以下無料  
(要整理券)  
※未就学児入場可。



ただし小学生以下の方は保護者(有料)の同伴が必要になります。

チケット、整理券は文化センター窓口または remi.terada@gmail.com(寺田)まで。

(公財)三郷町文化振興財団助成事業

## 芸術文化活動に助成金を交付します

三郷町文化振興財団では、町民の皆さんの自主的な文化活動の促進と芸術文化の振興を図るため、助成を行っています。令和8年度も対象事業の申請を4月初旬から中旬に受付予定です。詳しくは広報4月号をご確認ください。

# 令和8年度 「カルチャーサロンさんごう春季講座」募集講座

No.	種別	講座名	開講日		講師のコメント	用意するもの／教材・材料費	受講料	
		講師名	定員	開講時間				
1	音楽コース	童謡をうたおう つづみ ともみ 堤 朝美	第1・3月曜日(全10回)	15名	午後1時30分～3時	知っている童謡はもちろん、新しい童謡にもチャレンジしながら、楽しく歌いましょう。	筆記用具 ＜初回＞コピー代 100円程度	1,000円
		ピアノレッスン みこし のぞみ 美越 希	第2・4水曜日(全12回)	6名	午前10時～正午	おひとり20分の個人レッスンです。初回はレッスンの順番(時間)や練習曲を決めます。楽しくレッスンしましょう。	筆記用具 ※最終日にミニ発表会を予定しています。	1,200円
3	工芸・創作コース	はじめてさんの つまみ細工 いとう みわ 伊藤 美和	第1・3火曜日(全10回)	10名	午前10時～正午	ボンドを使用し、伝統工芸つまみ細工の基礎を学びます。楽しく可愛いお花を作製しましょう。	手拭きタオル、手芸用ハサミ、木工用ボンド、ボンド板(クリアファイルなどでも可) ＜毎回＞ 教材費1,500円～2,000円程度	1,000円
		ペーパー フイリング やまもと みほ 山本 美穂	第4木曜日(全10回)	10名	午前10時～正午	細長い紙をクルクル巻いて、お花やミニチュアなどを作ります。楽しく簡単に作ることでできるペーパークラフトです♪	ウェットティッシュ、爪楊枝、綿棒 ＜初回＞お道具代2,500円程度 ＜毎回＞ 材料費660円～1,100円程度	1,000円
		花あそび教室 つづみ あや 堤 彩	第3水曜日(全8回)	10名	午前10時～正午	寄せ植えやドライフラワーリース作り、つまたてのラングラーで作るクラフトなど、暮らしに豊かさを求めて。	ハサミ(リース作成時のみ) ＜毎回＞材料費2,000円	800円
6	書と絵画に親しむ	ペン習字・ 筆ペンレッスン にしわき けんすい 西脇 絢穂	第2・4金曜日(全10回)	10名	午前10時～11時30分	季節のお便りや慶弔の表書きなど、日常生活に必ずお役に立ちます。	筆ペン、ボールペン、鉛筆(2B～4B)、8マスのノート ＜初回＞教材費1,000円(10回分)	1,000円
		たのしい絵画 たけおか やよい 竹岡 弥生	第1・3水曜日(全10回)	10名	午後1時30分～3時30分	アクリル、水彩、色鉛筆から好きな画材をお持ちください。(その他の画材は相談)	鉛筆、消しゴム、絵の具や色鉛筆、画用紙、スケッチブックなどの画材	1,000円
8	書と絵画に親しむ	おのれしよ 己書教室 いぬい まさよ 乾 雅世	第2・4火曜日(全10回)	10名	午後1時～2時30分	己書座楽 楽しみましょう。味のある文字と絵、自由に筆を走らせる書です。さあ描こう。自分のアート!	＜初回＞教材費1,500円 ＜毎回＞ コピー代・用紙代など 400円	1,000円
		じたん 時短スケッチ みなみ のぶよ 南 展代	第2水曜日(全8回)	10名	午前10時～正午	ペン描き、透明水彩絵の具を使います。時間をかけずに仕上げる時短スケッチの技法を学びます。	透明水彩絵の具(18色)、丸筆4号・6号、パレットなど ※詳細はハガキでお知らせします。 ＜初回＞教材費1,500円(8回分)	800円
10	チャレンジコース	スマホ入門 たなか まみ 田中 真美	毎週金曜日(全10回)	10名	午前10時～正午	初心者向けの教室です。スマホデビューの第1歩に。スマホを使って新しい日常を手に入れよう。	筆記用具 お持ちの方はスマートフォン ＜毎回＞テキスト代 200円	1,000円
		おとなのそろばん ひらた としこ 平田 登志子	第2・4水曜日(全10回)	10名	午前10時～11時30分	昔習っていた方も、初めての方も楽しく脳トレーニングをしましょう。話題のフラッシュ暗算も取り入れます。	筆記用具、そろばん(15桁以上のもの)※貸出可 テキスト代(級に応じて306円～1,019円程度)	1,000円
12	エレガント	ストレッチフラダンス (女性専科) いざき たえこ 猪崎 妙子	第1・3月曜日(全8回)	10名	午前10時～11時30分	ハワイの曲に合わせて、普段はしない横の動きを中心に、手と足で表現します。楽しく体を動かしましょう。	運動のできる服装(バウスカート貸出可) ＜初回＞ CD代700円(練習曲入り)	800円
		着付け入門 はやし かずこ 林 和子 あらた はつえ 安良田 初枝	第1・3火曜日(全10回)	10名	午後1時～3時	浴衣から外出着まで。紐だけを使った着付けを、初歩から段階を経てご指導します。	着物一式(お持ちの物で) 初回のみ、裁縫道具・物差し ＜初回＞衣紋布代350円	1,000円
14	リラククスコース	ゆる体操初級 あらか こうじ 荒木 孝二	第1・2水曜日(全10回)	10名	午前9時～10時10分	腹式呼吸を取り入れた体操で身体をゆるめ、免疫力をアップしましょう! 疲れない素敵な歩き方を身に付ける体操も重点的に指導します。	動きやすい服装、バスタオル	1,000円
		ツボ療法 ほん きよひら 洪 清平	第1・3水曜日(全8回)	10名	午前10時～正午	体の不調の原因はツボに現れます。ツボを知れば、かなり自分で体調管理出来ます。知識だけでなく、椅子に座ってできる坐禅や気功で手の感度を上げ、ツボを探しやすくします。	筆記用具、指圧棒(100円ショップで購入できます) ＜初回＞テキスト代1,980円	800円

※教材費や材料費は講座の進み具合などにより変更される場合があります。

※＜初回＞は初回のみ、＜毎回＞は毎回お支払いいただく教材・材料費です。受講料は初回開講日にお持ちください。

## 図書館カレンダー

3月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

(休館日)・毎週水曜日・2日(月)一館内整理休館

は休館日です。  
は祝日開館日です。

# みんなの図書館



【お問い合わせ】 ☎33-3030 / FAX 33-3188

ホームページ「三郷町立図書館」で検索

開館時間

月曜～土曜 午前9時30分～午後7時  
日曜・祝日 午前9時30分～午後5時



◀ 図書館  
Instagram  
2次元コード

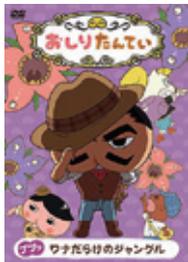


◀ 図書館  
ホームページ  
2次元コード

4月1日(水)から曜日や祝日を問わず、開館時間が午前9時30分～午後5時に変わります。

## 「アニメ映画会」

とき 3月29日(日)  
午後2時～  
(午後1時30分開場)  
ところ 図書館1階 視聴覚室  
内容 「おしりたんてい⑩」  
60分



## 大人のためのストーリーテリング

ろうそくのあかりの中でおはなしを語ります。  
年に1度だけの大人のためのストーリーテリングにぜひ、お越しください。

とき 3月15日(日)午前10時30分  
(午前10時15分開場)

ところ 図書館1階 視聴覚室  
出演 ストーリーテリングの会  
おたまじゃくし  
内容 「ひさの星」・「十二のつきのおくりもの」ほか

## 3月のおはなし会

ところ：おはなしルーム

### ふくろうおはなし会 (5歳位から)

22日(日) 午前10時30分  
絵本・紙芝居

### ゆりかごおはなし会 (0～2歳位)

24日(火) 午前11時  
手あそび・絵本

ブック・リサイクルを  
開催します

保存期間を過ぎた雑誌や、処分承認済みの本を町内でリサイクルする、「ブック・リサイクル」を開催します。

とき 3月1日(日)  
午前9時30分～午後4時30分  
ところ 図書館地下1階 会議室3

## ブックスタート

4～5か月児健診時(3月11日(水))に福祉保健センターで受け取った引換券を持って、赤ちゃんと一緒に抱きかかると、絵本1冊とバッグをプレゼント!

※水曜日は休館日となりますので、12日(木)以降にお越しください

ところ 図書館2階 事務室  
対象 赤ちゃんと保護者の方

## 「フロア・コンサート」

マンドリンとマンドラとギターのアンサンブルをお楽しみください。

とき 3月28日(土)午後3時

ところ 図書館2階 武蔵文庫前  
演奏 ギター・マンドリン・アンサンブル ブルースカイ

曲目

「津軽のふるさと」  
「花のまつり」  
「サバの女王」  
「カントリーロード」  
「童謡メドレー」

## 生涯学習室をご利用ください

町内在住の方を対象に、通常の土曜・日曜日、祝日と下記の期間に、生涯学習室を開室しますのでご利用ください。(休館日を除く)

3月26日(木)～4月3日(金)

開室時間 閉館30分前まで

※ご利用前に、図書館利用カードをカウンターまでお持ちください。

※4月から図書館の開館時間の変更に伴い、学習室の利用は午後4時30分までに変わります。

1月CD予約 Best3

アンテナ  
1 「ANTENNA」  
ミセス グリーン アップル  
Mrs.GREEN APPLE



2  
ロスト コーナー  
「LOST CORNER」  
よねづ けんし  
米津 玄師



3  
「Gen」  
ほしの げん  
星野 源



1月図書予約 Best10

1 「成瀬は都を駆け抜ける」  
なる せ みやこ  
宮島 未奈



2 「危険な生活習慣24」  
せい の みつり  
清野 充典



3 「薬屋のひとりごと 16」  
コミック 日向 夏/原作

- 4. 「暁星」 湊 かなえ
- 5. 「ごきげんな40歳になりたい」 おづ まりこ
- 6. 「幸せなお金の使い方」 井田 典子
- 7. 「かえる生活」 群 ようこ
- 8. 「spring」 スプリング 恩田 陸
- 9. 「日本人の9割がやっている残念な習慣」 ホームライフ取材班/編
- 10. 「血脈のナイトメア」 ち 知念 実希人



3月の上映会 入場無料

7日(土)

とき 午後2時(開場 午後1時45分)  
ところ 図書館1階 視聴覚室

【黒いドレスの女】

99分 (1987年)

監督/ 崔 洋一

出演/ 原田 知世、永島 敏行



21日(土)

【息子のまなざし】

103分 (2003年) カラー 字幕

監督/ ジャン=ピエール&リュック・ダルデンヌ  
出演/ オリヴィエ・グルメ、モルガン・マリヌ



こんな本が入りました! (1月現在)

- 「京都つばきタクシー」 柏井 壽
- 「豊かな人だけが知っていること」 長倉 顕太
- 「パート・アルバイトが『年収の壁』で損しない本」 頼藤 太希/監修
- 「病気知らずの暮らしと習慣」 宝島社
- 「全国デジタル駅スタンプ図鑑」 ジェイ・アール・東日本企画/監修
- 「名画で読む『音楽の秘密』」 中野 京子
- 「仕事とスマホで終わる日々が『習いごと』で変わった話」 よざ ひかる
- 「拝み屋のおばあちゃんとお僕」 五十嵐 大
- 「最後に先生からのお話です」
- 「晴れの日の木馬たち」 鶴野 莉紗
- 「おうち勉強パーフェクトBOOK」 原田 マハ
- 「すみっコベビーのよちよちにつき」 みおりん/監修
- 「はじめてののりものずかん」 工藤 ノリコ/原作
- 「くろすけのかくれんぼ」 ひらお かなみ/文・絵
- 「ノラネコぐんだん」 たかはし みか/作
- 「はるなつあきふゆ」
- 「はじめてののりものずかん」 工藤 ノリコ/原作
- 「くろすけのかくれんぼ」 ひらお かなみ/文・絵

電子図書館のご案内

スマホやパソコンで、いつでもどこでも閲覧できる電子図書です。  
図書館のホームページからログインできます  
・ID……………利用カードの7桁の数字  
・パスワード…西暦生年月日の8桁の数字  
※広報も電子図書館から閲覧できます。



▲電子図書館はこちらから



図書寄贈のお願い

予約多数のため、次の本をお持ち  
で不要になられた方は、図書館へご  
寄贈ください。

「成瀬は都を駆け抜ける」 宮島 未奈  
「暁星」 湊 かなえ

「禁忌の子」 山口 未桜  
「イン・ザ・メガチャーチ」 朝井 リヨウ

乳幼児健診

日程	受付時間	対象年齢	対象児の生年月日	持ち物
3月5日(木)	受付時間を区切って、個別に通知します。 受付時間内にお越しください。	3歳6か月	令和4年6月12日～ 令和4年8月16日	母子手帳・バスタオル・アンケート・早朝尿
3月11日(水)		4～5か月	令和7年9月15日～ 令和7年11月11日	母子手帳・バスタオル・アンケート

※対象の方で健診を欠席される場合は必ず、すこやか健康課までご連絡ください。

育児相談・計測日 ※電子申請サービスで要予約

日程	時間	持ち物
3月18日(水)	午前10時～11時	母子手帳 バスタオル

育児相談・計測日、キラキラんどの予約は、  
電子申請サービスから！

- 2次元コード、電子申請サービスよりお申し込みください。
- 毎月1日午前9時からキラキラんでは5日前まで、育児計測・相談は1週間前まで予約を受け付けます。



キラキラんど ※電子申請サービスで要予約

日程	時間	対象年齢	対象者	内容
3月11日(水)	午前10時～11時	1～3歳	未就園のお子さんとその保護者(15組)	手作りおもちゃや感覚遊びなど盛りだくさん！ 子ども達がのびのび過ごせる遊び場で保育士と一緒に遊みましょう！
3月12日(木)		0歳		

※動きやすく、汚れても良い服装でお越しください。

ファーストバースデー ※申込不要

日程	時間	対象児の生年月日	内容	持ち物
3月13日(金)	午前10時～11時	令和7年 3月1日～31日	1歳を迎えるお子さんの成長を記録に残しませんか？ 手形をとったり、身長・体重測定をします。ご自身のカメラで自由に撮影できるフォトスポットもあります。	母子手帳 バスタオル

※手形をとるので汚れても良い服装でお越しください。

子ども予防接種週間

3月1日(日)～7日(土)は「子ども予防接種週間」です。予防接種の受け忘れがないか、この機会に見直して、入園・入学で4月から始まる新たな集団生活に備えましょう。

なお、定期の予防接種は、対象年齢を過ぎると補助は受けられません。詳しくは右記の2次元コードからご確認ください。



▲町ホームページ  
こちらから



RSウイルス母子免疫ワクチン  
予防接種が4月から定期接種に

妊娠28週から37週に至るまでの妊婦の方が対象です。対象の方には通知を送付しますので、詳しくは通知をご覧ください。

## 子育て支援センターちいすてっぷ

ちいすてっぷ ☎31-6639

**対象** 町内在住の就学前までのお子さんと保護者  
**開館日** 月～金曜日(祝日を除く)午前10時～午後3時

### 来館にあたってのお願い

- 発熱・咳・喉痛・下痢・嘔吐など  
体調不良の方は、来館をお控えください。
- 状況により入館をお断りすることがありますので、あらかじめご了承ください。

### ちいすてっぷ公式SNS

最新情報を配信  
しています。  
ぜひフォローして  
ください♪

インスタグラム



イベント	日程	対象児の生年月日	時間	内容
<b>申込不要</b> 年齢別の 来館日	3月5日(木)	令和5年4月2日～ 令和6年4月1日	午前10時～正午	同じ年齢のお子さんたちが集まって、遊んだり、お話ししたりして、楽しい時間を過ごしましょう！ 11時からは手遊びや絵本タイムが始まります。 一緒に楽しみましょう！
	3月12日(木)	令和6年4月2日～ 令和7年4月1日		
	3月19日(木)	令和7年4月2日以降		
	3月26日(木)	令和4年4月2日～ 令和5年4月1日		
<b>申込不要</b> お誕生会 【製作あそび】	3月6日(金)	お誕生日月でない お子さんも 参加できます。	午前11時30分～ 正午	みんなでお誕生日をお祝いしましょう♪ ゆらゆらゆるゆるの春のモビールを作ろう！
<b>要予約</b> 【スキンタッチ 講習会】 のぐちくこ 講師:野口郁子先生 (みむろ鍼灸指圧院)	3月13日(金)	令和4年4月2日以降 生まれの お子さんと保護者	午前10時5分～ 11時15分 (10時受付開始) ※午前11時30分より 通常開館となります。	親子で行うこどものための ツボ健康法です！ 持ち物:ティースプーン・使い古しの歯ブラシ・バスタオル ※3月2日(月)より予約開始 先着10組
31日(火)は館内清掃のため休館				

※令和4年4月1日以前生まれのお子さんは、安全面の確保により午後1時以降の利用となります。

## 子育て支援ぴよぴよ

西部保育園 ☎73-7634 **※申込不要**

日程	時間	場所	対象者	内容
3月3日(火)	午前10時30分～ 11時30分	西部保育園 ホール・園庭	就学前までの お子さんと保護者の方 (どなたでもご参加 いただけます！)	室内の遊びコーナーで自由に遊んだり、天気が良ければ園庭で思い切り体を動かしたりしましょう！ ★水分補給のための飲料も必ずお持ちください。

## ひまわりきょうしつ

こども未来課 ☎43-7322 **※要予約**

日程	時間	場所	対象児の生年月日	内容
3月10日(火)	午前9時40分～ 11時30分 (9時30分受付開始)	福祉保健 センター 健康増進室	平成31年4月2日～ 令和4年4月1日	作業療法士と一緒に、楽しみながらお子さんの感覚刺激の経験を増やす体験教室です。 こどもの大好きな遊びを通して「遊びの分析」のプロ、作業療法士と一緒に、発達を促す活動を楽しんでみませんか？ 運動あそび(親子でひっぱりあいっこ、サーキット)など
3月17日(火)			令和4年4月2日～ 令和7年3月1日	

- ※予約開始日は教室開催日の1か月前からとなります。
- ※必ず開催日の4日前までに予約のご連絡をお願いします。
- ※定員に達し次第、参加受け付けを終了します。



## 個別検診

- 大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検査は町内医療機関(西和医療センターを除く)で受診可能です。直接医療機関へお申し込みください。
  - 肺がん検診・胃検診(バリウム検査・内視鏡検査)・乳がん検診・子宮頸がん検診は指定医療機関で受診可能です。受診にはすこやか健康課で発行した受診票が必要です。受診票は郵送またはすこやか健康課窓口で配布します。郵送をご希望の方はWEB(インターネット)または電話でお申し込みください。
- ※郵送には2週間程度かかります。  
 ※WEB(インターネット)からのお申し込みは3月8日(日)まで受け付けます。



▲受診票申し込みはこちら



## ウォーキングデー 申込不要

**とき** 3月30日(月)午前9時 福祉保健センター集合

**コース** 福祉保健センター → 神前橋 → 畠田公園 → 明神山駐車場 → 尼寺廃寺跡 → 葛下川河川敷 → 王寺駅(王寺駅で解散) (所要時間は約3時間、12,000歩)

**持ち物** お茶などの水分

※当日午前7時前のNHK天気予報で、奈良県北西部に午前降水確率が60%以上、または何らかの警報が出ている場合は中止します。



## 骨密度測定(要申込)

20歳以上の方を対象に、骨密度測定を行います。若い時から自分の骨の状態を知り、正しい生活習慣を身につけるきっかけとしてぜひ、ご利用ください。

**とき** 3月6日(金)午後1時30分～3時

**ところ** 福祉保健センター

**費用** 100円 (70歳以上の方は無料)

**定員** 50名 定員になり次第、締め切ります。



## 新型コロナワクチン接種は3月末までに

**対象** 接種時65歳以上の方 (65歳の誕生日を過ぎてからの助成になります)。  
 60歳から64歳までの一定の基礎疾患(\*)を有する方  
 ※心臓や腎臓、呼吸器の機能の障がいがあり身の回りの生活を制限される方など

**自己負担** 7,500円

**助成期限** 3月31日(火)まで

**接種方法** 医療機関に直接予約して接種してください。

※広域7町内(三郷町・平群町・安堵町・王寺町・斑鳩町・上牧町・河合町)の医療機関で接種できます。その他の市町村での接種を希望される場合は、すこやか健康課までお問い合わせください。



# あなたの周りに心が疲れている人はいませんか？

3月は自殺対策強化月間です

人は誰でも落ち込んだり、イライラすることがあります。特に3月は多くの人に環境の変化が起こり、心のバランスを崩しやすい時期です。あなたの周りにも心が疲れている人はいませんか？

## あなたもゲートキーパーに

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。特別な研修や資格は必要なく、誰もがゲートキーパーになることができます。

周りで悩んでいる人がいたら、優しく声をかけてあげてください。声をかけあうことで、不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

奈良県のホームページには、ゲートキーパーについてわかりやすく説明された動画もあります。興味を持たれた方はご覧ください。



▲県のホームページ  
こちらから

## 声をかける前に

知ってほしいこと

家族や仲間など身近な人が「いつもと違う」様子に気づいたら、まずは勇気を出して、「どうしたの？」「よく眠れている？」など声をかけることが、不安や悩みを和らげる1歩になります。

## 相手の話を真剣に聞く姿勢

相手の話を真剣に聞き、相づちや繰り返して共感を示し、遮る言葉を控えながら、相手の思いを受け止める姿勢を心掛けましょう。

## 話しやすい環境をつくる

話しやすい雰囲気をつくり、先入観を持たず、質問を控えて相手の言葉を否定せずじっくり聞くことで信頼を築きましょう。

## 話を聞く際に

気を付けてほしいこと

話をそらさず、一方的な発言や押し付け・説得を避け、相手を励ましすぎないことで、寄り添ったコミュニケーションを図りましょう。

## 悩んでいたら相談を

今悩みを抱えている方や心身の不調を感じている方、不安をお持ちの方は、一人で我慢せず、あなたの気持ちを話してみてください。電話で話しにくい方はSNSを活用した相談窓口もあります。

- すこやか健康課 ☎43-7324
- ならこころのホットライン  
☎0744-46-5563 月～金曜日(午前9時～午後4時)  
☎0742-81-8527 月～金曜日(午後4時～8時)  
土曜・日曜日、祝日(午前9時～午後8時)
- 奈良いのちの電話協会 ☎0742-35-1000
- よりそいホットライン ☎0120-279-338

電話で相談



• NPO法人自殺対策支援センターライフリンク  
「生きづらびっと」  
LINE、Facebook、WEBから相談できます。



• NPO法人東京メンタルヘルス・スクエア  
LINE、X、Facebook、WEBチャットから相談できます。



SNSで相談



• NPO法人あなたのいばしょ  
WEBチャットで無料・匿名で相談できます。



• NPO法人BONDプロジェクト  
10～20代の女性のためのLINE相談です。



• NPO法人チャイルドライン支援センター  
18歳以下のこどものためのチャット相談です。



## **i** 奈良県警察官採用試験のお知らせ

令和8年度からの採用試験制度が改正されます。SPI試験が会場型からWEB型に変更され、自宅や全国のテストセンター会場から受験可能となり、場所や日時が選択できるようになります。また、資格加点制度に「空手」が新たに追加されます。

### 試験種目(第1次試験)

#### ①A(SPI)区分

基礎能力検査・適性検査、体力試験、論文試験、口述試験

#### ②A区分

教養試験、論文試験、体力試験、口述試験

#### ③武道A区分

教養試験、論文試験、体力試験、実技試験(剣道または柔道)

### 受験資格

#### ①A(SPI)区分②A区分

平成5年4月2日以降に生まれ、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方または令和9年3月末までに卒業見込みの方

#### ③武道A区分

平成13年4月2日以降に生まれ、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方または卒業見込みの方で、柔道二段以上または剣道三段以上の段位を有する方

受付期間 3月2日(月)～

4月14日(火)

申込方法 インターネット申込のみ  
(県警ホームページから)

### お問い合わせ先

奈良県警察本部警務課

☎0120-351-204



◀県警  
ホームページは  
こちらから



◀採用に関する  
Instagramは  
こちらから

NARA\_POLICE\_KOHO

## **i** 婦人会活動 役員会

と き 4月9日(木)午前10時

ところ 文化センター

## **i** 上映会を行います **参加無料**



聴覚障がいのある監督や役者の方々による差別撤廃運動を描いた「ゆずり葉」、聞こえる・聞こえないにかかわらず、共に生きる事の意義を前向きに描いた「咲む」の上映会を行います。

と き 3月19日(木)

「ゆずり葉」午後2時30分～

4時30分

「咲む」午後6時30分～8時30分

ところ 奈良公園バスターミナル・  
レクチャーホール

申込方法 下記の2次元コードから  
お問い合わせ先

奈良県聴覚障害者支援センター

映画上映会係 ☎0744-21-7880



◀お申し込みは  
こちらから

## **i** 春の火災予防運動

西和消防署では、3月1日(日)～7日(土)までの間、春の火災予防運動を実施します。この時期は空気が乾燥し、火災が多数発生しています。火災の原因には、たばこの投げ捨て、たき火の不始末、火遊び、不用意な火の取り扱いなどがあります。心がけ一つで火災は防ぐことができます。火の取り扱いには十分に注意してください。

## **i** 学級案内

〔5学級合同コンサート〕

と き 3月3日(火)午前11時

(午前10時30分受付開始)

ところ 文化センター・文化ホール

内容 バンド演奏

〔歴史教養講座〕

と き 3月23日(月)午前10時

ところ 図書館・視聴覚室

内容 法隆寺の見どころ

〔みさと万葉学習会〕

と き 3月13日(金)

午前8時30分

ところ 和歌山県海南市方面

内容 現地学習

## **i** 毎月11日 人権啓発ビデオを上映します



今月は3月11日(水)に「クリームパン」を3度上映します。

と き ①午前10時

②午後0時30分 ③午後3時

ところ 文化センター

内容 派遣切りにあい、失業中の青年がさまざまな人との交流を通して「いのちのきずな」に気づくドラマです。

## **i** スポーツセンター ご利用の方へ

3月20日(金)は祝日のため休館します。3月31日(火)は全館清掃日のため午後5時まで休館しますが、それ以降はご利用できます。

**ごみの収集日にご注意を**

3月20日(金・祝)は収集業務を行います。

**廃プラスチック**

信貴山・勢野全域  
信貴ヶ丘・美松ヶ丘・三室

**可燃ごみ**

立野全域・城山台・  
夕陽ヶ丘・東信貴ヶ丘

上記の日に清掃センターへの持ち込みはできません。

※1月から、ペットボトルのキャップとラベルを外していないものは、資源ごみの日に出されていても回収していません。ごみの分別にご協力をお願いします。

**清掃センターからのお知らせ**

令和8年度 わが家のごみ分別カレンダーを今月号広報と一緒に配布します。ごみの分別方法・指定日のご確認をお願いします。

手話で広げよう!  
心の輪

はな  
花、フラワー、  
さ  
咲く(花等)



曲げた両手の指先と手首をつけ、手首を軸にして指先を左右へ開く

©全日本ろうあ連盟「わたしたちの手話」学習辞典  
(住民福祉課)

**女性のための健康講座**

【産婦人科医が教える働く女性のヘルスケア最前線】

①女性にやさしい婦人科の手術  
～おなかに傷がつかない  
手術もあります～  
高の原中央病院 産婦人科  
細川 聡美 先生

②誰も教えてくれなかった、  
婦人科がんの新常識  
近畿大学奈良病院 産婦人科 部長  
関山 健太郎 先生

と き 3月7日(土)午後2時～4時  
(午後1時30分受付開始)

ところ 学園前ホール

定 員 約300名(先着順)

※事前申込をされた場合、受け付けがスムーズです。当日参加も可能です。

申込方法 電話またはFAX、もしくは下記の2次元コードよりお申し込みください。

申込・お問い合わせ先

奈良県産婦人科医会 公開講座係

☎0744-22-8502

FAX 0744-23-7796



◀お申し込みはこちらから

**ホームページに広告を掲載しませんか?**

町ホームページに掲載するバナー広告を募集しています。お店や企業のPRに活用してみませんか?お気軽にご相談、お申し込みください。  
※掲載には基準があります。

お問い合わせ先

企画財政課 ☎43-7312



◀詳しくはこちらから

**自衛官を募集します**

種 目 陸・海・空幹部候補生

(①一般・②歯科・③薬剤科)

資 格

①[大卒程度試験]  
22歳以上26歳未満の方(基準)  
※大卒(見込含)は20歳以上22歳未満の方、修士課程修了者(見込含)などは28歳未満の方  
[院卒者試験]

修士課程修了者(見込含)などで、20歳以上28歳未満の方

②(歯 科)専門の大卒で  
30歳未満の方

③(薬剤科)専門の大卒で  
28歳未満の方

※受験資格について、不明な場合は、お問い合わせください。

受 付(締め切り必着)

第1回 3月1日(日)～4月3日(金)

第2回 4月22日(水)～6月5日(金)

※その他の採用

・一般曹候補生(第1回)

受 付 5月7日(木)まで  
(18歳以上33歳未満の方)

・自衛官候補生

受 付 年間を通じて  
(18歳以上33歳未満の方)

・予備自衛官補(一般・技能)

受 付 3月30日(月)まで

(受験資格については、

お問い合わせください。)

お問い合わせ先

自衛隊奈良募集案内所

☎0742-27-5701



◀詳しくはこちらから



令和7年度

# 教育講演会

## 講演内容

タレントとして活躍されているスマイリーキクチ氏は、虚偽の事実によりインターネット上で誹謗中傷され、すべての仕事を失う苦い経験をされました。その際の経験などをふまえ、ネット犯罪の恐怖や被害を防ぐ方法などについて講演いただきます。

講師

(タレント)  
スマイリーキクチ氏

“加害者や被害者にならないために、”

# インターネットに 潜む危険なワナ



申込  
不要

入場  
無料

## 講師プロフィール

東京都北千住生まれ  
平成5年1月 お笑いコンビ「ナイトシフト」結成  
平成6年6月 解散  
現在は、講演活動を中心に活動中。  
著書に「突然、僕は殺人犯にされた」など。

3.15 日 午前10時～11時30分  
(午前9時30分開場)

自由席

※小学生以下のお子さんのご入場には保護者の同伴をお願いします。  
※参加者多数の場合は、入場を制限する場合があります。

三郷町文化センター〈文化ホール〉

〒636-0812 奈良県生駒郡三郷町勢野西1丁目2番2号

■主催/青少年育成三郷町民会議・三郷町PTA連絡協議会 ■お問い合わせ先/三郷町教育委員会事務局生涯学習課 ☎43-7332



三郷町の人口【令和8年2月1日現在、(前月比)】

人口22,232人 (-22人) 世帯数10,841 (-13世帯) 男10,617人 (-15人) 女11,615人 (-7人)

発行・編集:三郷町役場総務部企画財政課

TEL: 0745-73-2101(代) FAX: 0745-73-6334  
〒636-8535 奈良県生駒郡三郷町勢野西1-1-1

三郷町役場開庁時間 午前8時30分～午後5時15分

休日 土曜・日曜日、祝日、年末年始

この広報は、有害な排水を出さない「水なし印刷」を採用しています。  
SDGsの掲げる17の項目に対して、8つの項目で具体的な貢献をします。

