

2025
(令和7年)

6月号

VoL.626

㊤ 広報 ひがしよしの

第2回 東吉野村議会臨時会

5月2日、第2回東吉野村議会臨時会が召集され、専決処分報告のほか、議会役員の改選等が行われました。改選後の役員構成は次のとおりです。

- ◇議長 丸井雅弘
- ◇副議長 松谷忠則
- ◇議会運営委員会
 - 委員長 大丸仁志
 - 副委員長 井上宣之
 - 委員 網谷眞治
 - 委員 松谷忠則
- ◇総務文教過疎委員会
 - 委員長 井上宣之
 - 副委員長 辻本恵則
- ◇厚生建設経済委員会
 - 委員長 網谷眞治
 - 副委員長 津川幸雄
- ◇監査委員 井上宣之
- ◇吉野広域行政組合議会
 - 議員 津川幸雄
 - 議員 松谷忠則
 - 議員 大丸仁志
- ◇宇陀衛生一部事務組合議会
 - 議員 辻本恵則
 - 議員 松谷忠則

◇南和広域医療企業団議会

議員 丸井雅弘

◇さくら広域環境衛生組合議会

議員 井上宣之

議員 大丸仁志

◇奈良県広域消防組合議会

議員 網谷眞治

専決処分報告では、次の議事について全会一致で承認されました。
そのあらましをお知らせします。

◇令和6年度東吉野村後期高齢者医療特別会計予算を補正

令和6年度東吉野村後期高齢者医療特別会計補正予算（第2号）は、後期高齢者医療保険被保険者の所得の増加により保険料収入が増加し、この徴収した保険料を奈良県後期高齢者医療広域連合へ納付するにあたり後期高齢者医療納付金の予算が不足することから、経費の補正を専決処分したものです。

◇令和6年度東吉野村一般会計予算を補正

令和6年度東吉野村一般会計補正予算（第7号）は、繰越明許費を設定するものです。

主な内容について、物価高騰地域振興券事業については、地域振興券の使用期限を9月30日としているため、3月末までに換金請求されなかった振興券分について繰越をするものです。

住民税非課税世帯給付金事業については、1月補正専決により住民税非課税世帯に対し1世帯当たり3万円の給付金を行うことを決定し、交付申請の提出期限を本年4月30日としたので、令和6年度において給付が完了しない世帯が見込まれることから事業費の繰越をするものです。

定額減税しきれないと見込まれる所得水準の方への給付金事業については、令和7年度に給付額が確定する場合があります、国より新たに7年度支給を行うこととなったので、7年度給付に係るシステム導入業務経費の繰越をするものです。

旧濱田邸跡駐車場整備事業については、水道付帯工事施工方法等の検討に不測の日数を要し、年度内完了が見込めないため繰越をするものです。

美しい森林づくり基盤整備事業については、木材搬出のヘリコプター事業者の運行に支障が

生じたことから搬出に遅れが生じ、また、積雪の影響により作業が出来なかったことから、年度内に執行が困難となったため、繰越をするものです。

ひよしのさとマルシェ木材部清掃事業については、ひよしのさとマルシェ屋根改修部分が想定より多く、事業期間が年度末まで延長したことから、続いて実施する木材部清掃事業が年度内に困難となったため繰越をするものです。

道路インフラ事業については、村道中黒中出線の道路維持修繕工事において、通行止め等の地元及び関係機関との協議に不測の日数を要したことにより年度内の完了が見込めないこと、村道向出線の道路改良工事において、ボックスカルバートの工場製作に不測の日数を要したことにより年度内の完了が見込めないこと、村道杉谷高見山線の橋梁補修工事において、発注計画に遅れが生じたことにより年度内に発注することが出来なかったこと、急傾斜地崩壊対策事業負担金において、奈良県事業の大字大又、禅昌寺の急傾斜地崩壊対策工事が令和7年度に繰り越されることからそれぞれ繰越

をするものです。

◆東吉野村村税条例の一部改正

現下の経済情勢等を踏まえ、地方税法等の一部を改正する法律が、令和7年3月31日に公布され、同年4月1日から施行されることに伴い、やむなく専決処分をいたしましたものです。

改正の主な内容といたしましては、1点目として、公示事項において、村公告式条例による掲示場掲示に加え、事務所に設置した電子計算機により表示し閲覧できる改正。2点目は、法改正により個人住民税の基礎控除の控除額及び給与所得控除の最低保障額の引き上げ並びに大學生年代の子等に係る新たな控除の創設がなされ、その関係条文の改正。3点目は、軽自動車等に対しての車体課税に関し、原動機付自転車をはじめとする二輪車の車両区分の見直しと、種別割の減免を受けようとする際に、免許情報記録個人番号カードの提示を追加。4点目は、たばこ税に関して、たばこ税の換算方法の見直しにより、所用の改正をおこなったものです。

区長会総会を開催

5月12日、村住民ホールで令和7年度の村区長会総会が開催されました。

役員改選の結果は次のとおりです。(敬称略)

会長 岡本 史朗
副会長 梁瀬 公靖
副会長 垣外中 秀光

会長就任あいさつ

初夏の候、村民の皆様には益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

この度、村区長会総会におきまして区長各位のご推挙により、村区長会の会長という大任を仰せつかることとなりました。

もとより微力ではございますが、役員の皆様、各区長様のご協力を賜り東吉野村区長会一丸となって誠心誠意努めさせていただきます。ただく所存でございます。

さて、本村におきましては、物価高騰や各地で続く紛争、トランプ政権による関税政策も相まって先行きが見通せない状況にあります。東吉野村基本構想や東吉野村まち・ひと・しごと創生総合戦略のもと、クリ

エイティブヴィレッジ構想の推進を始め小さな道の駅の活用や小川のまちの再生といった東吉野創生施策の中核となる事業を推進し、過疎化を少しでも食い止める村民の皆様の生活を豊かにしていくため、各種の重要施策の充実と新規施策も積極果敢に取り入れ、発展・躍進を図られているところであります。

また、これまで進められた施策の成果として、移住者も年々増加し、村主導では無く、移住者、クリエイターや地域住民により自発的に地域を盛り上げる活動として、「いこか！ふるさとひよし祭(まちゆり)」や「はじまりの東吉野オープンアトリエ」の開催、産学官民連携による地方創生プロジェクトにより提案された施策の事業化など地域に活力があふれてきております。

区長会といたしましても村の主要施策に、これからも一致団結し協力して参りますとともに、良好な地域社会の維持に一層努めて参りたいと考えております。

村民の皆様におかれましては、従前どおり絶大なるご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。ご挨拶とさせていただきます。

東吉野村区長会名簿

令和7年5月12日現在

小川	桶谷辰仁
小	富永康之
木津川	岡本史朗
小栗栖	辻辰彦
中黒	住本安三
鷺家	中尾文男
三尾	秋吉正朝
狭戸	梁瀬公靖
大豆生	河野環
大又	上本雍子
麦谷	松田光央
萩原	東正夫
伊豆尾	浦前伸二
日裏	鶴井克往
木津	小坂正晴
杉谷	橋本政視
平野	垣外中秀光
滝野	萬谷一彦
谷尻	網谷眞治

鮎の稚魚放流

5月7日、村の風物詩である鮎釣り解禁に向け、村内各地の河川に、和歌山県産の鮎の稚魚およそ600キログラムが、村漁業協同組合役員の皆さんにより放流されました。

役場下河川では東吉野こども園・東吉野小学校の園児・児童らが自然体験学習の一環として放流体験を行い、鮎に触れたり、ホースから飛び出してくる鮎が上流へ上っていく様子を、川へはまってしまうかと先生方や漁業協同組合役員の方がひやひやするくらい、身を乗り出して眺めていました。

解禁の頃には大きく育った鮎が釣り人を楽しませてくれることでしょう。

※鮎釣り解禁日は6月8日(日)、網入れ解禁日は8月31日(日)です。



更生保護女性会活動「芋の苗」贈呈

東吉野村更生保護女性会の活動の一環として、5月13日、東吉野こども園にさつま芋の苗30本と土の贈呈がありました。

この活動は、心豊かに過ごせる明るい社会づくりを目指し、共に協力し苗を植えることを通して、次世代を担う子どもたちの健全な育成に努めることを目的に行われています。

贈呈式では代表の松田勝代氏より、「お芋は好きですか。」との問いかけに、大きな声で、「はい!」「大好き!」と大きな声で答えていました。贈呈式のあと、園児たちの手によって植えられました。



第44回老人福祉ゲートボール大会

5月21日、村運動公園ゲートボール場で第44回老人福祉ゲートボール大会が行われました。

当日は天候が心配されましたが、プレー中は晴天に恵まれ気温が非常に高くなり、参加者の皆さんは、汗をかきながらも笑顔で交流を楽しみました。出番では真剣な顔でプレーに励み、白熱した大会となりました。

総当たり戦方式により競技した結果、優勝が「4」チーム、準優勝が「3」チームとなりました。

また、満80歳以上の参加者4名には敢闘賞としてひよしのさとマルシェ特産品詰め合わせが贈られました。



競技中の様子



優勝「4」チーム



参加者集合写真

春季吉野郡民体育大会開催

去る、5月11日に下市町下市中央公園総合体育館で、第66回春季吉野郡民体育大会の総合開会式が行われました。

総合開会式では、昨年度にスポーツで全国大会等に出場された方々への優秀選手表彰なども行われました。

当日は、大淀町、下市町の各会場で、柔道、卓球、ゲートボール、ウエイトリフティング、剣道、バドミントンの6種目の競技が行われ、熱戦が繰り広げられました。

吉野郡体育協会では、夏に水泳競技大会、秋には秋季吉野郡民体育大会としてゲートボール、少年サッカー、グラウンド・ゴルフ、ターゲットトバードゴルフ、小学生バレーボール競技大会の開催も予定されています。



挨拶する津川郡体育協会会長



表彰式の様子

	日 程	受付時間	場 所
特定健診 各種がん検診 (肺がん・結核検診) (大腸がん検診) (前立腺がん検診) (肝炎ウイルス検査) (胃がん検診) ※胃バリウム検査は 午前中のみです	6月19日(木)	9:00~11:30	三尾区民センター
		13:00~15:30	
	6月20日(金)	9:00~11:30	木津ふれあいセンター
		13:00~15:30	
	6月22日(日)	9:00~11:30	村住民ホール
		13:00~15:30	

健康のひろば

6月の保健事業

お問い合わせは
住民福祉課へ

集合健診(検診)のお知らせ

予約受付中です

☎42-0441

○前年度受診者及び新規で申し込みをされた方には、6月上旬に問診票を送付します。
時間予約制です。また、予約がお済みでない方は必ず事前に住民福祉課へ予約をしてください。予約なしでの当日受診はできませんのであらかじめご了承ください。集合健診(検診)の詳細は、村広報5月号の折込チラシをご確認ください。

悩みごと相談所

臨床心理士が、様々な悩みにカウンセリングをしながら具体的なアドバイスをしています。
相談された内容は秘密厳守されます。仕事や人間関係、子育ての悩みなど、どんな事でもお気軽にご相談ください。

とき

6月14日(土)
午前10時~午後4時
(正午から午後1時までを除く)

ところ

役場 2階会議室

申込み

ご希望の方は、6月12日(木)までに住民福祉課へご連絡ください。
【相談者1人につき1時間、1日5名まで】

子育てサロン
「びよびよサークル」

とき 6月18日(水)
午前10時~11時

役場 3階会議室

対象

就学前の子どもと保護者、妊婦

内容 育児相談など

申込み

参加ご希望の方は、6月16日(月)までに住民福祉課へご連絡ください。

献血の実施について

とき 6月25日(水)
午前10時~12時

村住民ホール

対象者

・満16歳から69歳の村民
・村内に職域を有する方
(注意)

65歳以上の献血者については60歳から64歳の間に献血経験があること。

ファイザー社及びモデルナ社等の新型コロナウイルスワクチン接種を受けた方は、接種後48時間以上経過していること。

持ち物

献血手帳(手帳がない方は運転免許証など本人確認できるもの)

在宅訪問歯科診療について

対象者

村内に住所を有する要介護1以上の在宅高齢者

実施 吉野郡歯科医師会

申し込み

事前申し込みが必要ですので、担当ケアマネジャーまたは役場・

住民福祉課へご連絡ください。

歯と口の健康週間

『歯みがきで

丈夫な体の基礎づくり』

6月4日~6月10日は歯と口の健康週間です。皆さんは歯科医院での歯の定期検診や日々のお口のお手入れはできていますか?ぜひチェックシートで歯周病の初期症状が出ていないか、確認してみましょう。

【歯周病チェックシート】

1. 朝起きた時に、口がネバネバする。	☐ はい ☐ いいえ
2. 口臭を感じる、口臭があると言われる。	☐ はい ☐ いいえ
3. 歯の根元がしみる。	☐ はい ☐ いいえ
4. 歯と歯の間によく食べ物がはさまる。	☐ はい ☐ いいえ
5. 歯垢、歯石がついていると思う。	☐ はい ☐ いいえ
6. 歯磨きをすると歯肉から血が出る。	☐ はい ☐ いいえ
7. 歯が長くなったように見える。	☐ はい ☐ いいえ
8. かたい物をかむと痛い、かめない。	☐ はい ☐ いいえ

チエックシートで1つでも該当したら、歯周病の疑いがあります。歯周病になると、口腔機能の低下によって食事のバランスが悪くなり、糖尿病や高血圧といった生活習慣病の発症や重症化のリスクが高くなると推察されています。80歳で20本以上自分の歯を保つことができるよう、食後の歯磨きや歯間ブラシ等を使用した手入れを心がけるとともに、歯科検診を定期的に受けましょう。

(引用…一般財団法人 日本口腔保健協会／参考…厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト)

6月は食育月間！ バランスよく食べよう！

毎年6月は「食育月間」です。健康な体を維持するために、「バランスの良い食事」を心がけましょう。バランスの良い食事とは、主食（ご飯、パン、麺類など）、主菜（肉、魚、卵など）、副菜（野菜、きのこなど）がそろった食事の事です。特に高齢者は筋力低下によるフレイル（虚弱）を防ぐために、意識して良質なたんぱく質（肉、魚、卵、大豆製品など）をとり、これからも健康長寿を目指していただきたいと思えます。

高血圧予防 ワンポイントアドバイス

バランスの良い食事に加え、「塩分ちよっぴり」と「野菜（カリウム）たっぷり」を心がけることで、血圧の上昇を抑えられます。塩分が多い食材は、つけもの、インスタ

ントラーメン等の麺類、ハム・ソーセージ・ベーコン等の加工食品等、味噌汁等です。また、カリウムを多く含む食材は、野菜や果物、豆類等です。ぜひ日々の食事の中に上手に取り入れ、高血圧を予防しましょう。

※腎臓を患っている人は、カリウムの制限が必要な場合があります。ですので、医師にご相談ください。

熱中症を予防しましょう

梅雨に入り気温が上がると、屋外のみならず屋内でも熱中症のリスクが高まります。特に感覚機能が低下する高齢者や、体温の調整能力が未発達の子どもは熱中症になりやすく、注意が必要です。熱中症は正しい知識を持つことで予防することが出来ます。正しい知識を身につけて、これからの暑い夏を乗り切りましょう。

★熱中症の予防法

1. 水分をこまめにとる（のどが渇いていなくても、定期的に水分をとりましょう）。
2. 塩分をほどよくとる（基本的には日々の食事での塩分で十分です。屋外で作業をするときには梅干しなどで塩分補給をしましょう）。
3. 睡眠環境を快適に保とう（エアコンや扇風機を上手に使いましょう）。
4. 丈夫な体をつくろう（バランスの良い食事や、適度な運動で暑さに備えましょう）。

（参考…熱中症ゼロへ）

令和7年6月 奈良県医師会の学術部会が行う健康相談

お気軽にお問い合わせください

相談日の種類	日 時	予約の必要	主催する部会
精神科に関する健康相談	6月3日(火) 午後3時30分～4時30分	予約必要 ※受付締切5月27日(火)	奈良県医師会 精神々経科部会
目の健康相談	6月10日(火) 午後2時～3時	予約必要	奈良県眼科医会
整形外科に関する健康相談	6月17日(火) 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切6月16日(月)	奈良県医師会 整形外科部会
内科疾患に関する健康相談	6月30日(月) 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切6月27日(金)	奈良県医師会 内科部会

場 所 奈良県医師会館 1階 県民健康サービス室（近鉄大和八木駅から北へ徒歩7分）
連絡先 〒634-8502 橿原市内膳町5-5-8 奈良県医師会各主催部会
TEL 0744-22-8502 FAX 0744-23-7796

健康づくりポイント制度を実施します！

東吉野村に住所を有する皆様に、健康意識の向上及び運動等を身につけ健康づくりの習慣化を目的として令和元年度より【健康づくりポイント制度】を実施しています。今年度も下記の対象事業や獲得ポイントで実施いたします。

20歳以上の村民の方ならどなたでも参加可能ですので、この機会に【健康】と【特典】をゲットしてください。

1. ポイントカードをもらおう！

下記の表の対象事業に参加してポイントカードをゲットしよう！

(税務保険課の窓口でも配布しています)

2. ポイントを貯めよう！

下記の表の対象事業（村が行う健診等を受診したり、まるごとフェスティバルの健康コーナーや清流ウォーク等）に参加してポイントをゲットしよう！

※対象事業によって付与されるポイント数が違います。

3. 特典と交換しよう！

下記の表のポイント毎に500円相当の特典と交換しよう！

※年代によって交換できるポイント数が違います。

対象事業	対象者	ポイント数
(1) 特定健診（ただし、社会保険加入者は受診結果提出で可）	20歳以上の男女	3ポイント
(2) 肺がん・結核、大腸がん、胃がん検診（ただし、社会保険加入者は受診結果提出で可）	40歳以上の男女	各2ポイント
(3) 前立腺がん検診（ただし、社会保険加入者は受診結果提出で可）	40歳以上の男性	2ポイント
(4) 婦人科検診（ただし、社会保険加入者は受診結果提出で可）	20歳以上の女性	2ポイント
(5) まるごとフェスティバル健康コーナー	20歳以上の男女	1ポイント
(6) いきいき百歳体操（ミニ講座年2回）	//	1回参加で1ポイント
(7) 清流ウォーク	//	1ポイント
(8) 3B体操健康教室	//	1ポイント
(9) シニア世代の健康教室	60歳以上の男女	1ポイント
(10) 資生堂の「化粧療法いきいき美容教室」	60歳以上の男女	1ポイント

対象者	ポイント数	特典内容
20歳以上 39歳以下の方	3ポイント目	500円相当の特典
	7ポイント目	
	10ポイント目	
40歳以上の方	11ポイント目	
	15ポイント目	
	18ポイント目	

ご不明な点やご質問等ございましたら、税務保険課までお問い合わせください。

お問い合わせ先 税務保険課（42-0441）

ポリファーマシーにご注意を！ お薬との正しい付き合い方

ポリファーマシーとは、複数の薬を同時に服用することで、副作用などの問題が生じる状態を指し、一般的にその数は5〜6種類以上とされています。高齢になると、さまざまな病気にかかりやすくなり、その結果、飲む薬の種類が増えることがあります。しかし、薬が増えることで、体に悪い影響が出ることもあります。

ポリファーマシーが引き起こす問題

多くの薬を飲むことで、以下のようない問題が起こる可能性があります。

▼副作用の増加

薬同士が影響し合い、思わぬ副作用が出る場合があります。

▼飲み間違い

薬の種類が多いと、飲み忘れや間違えて飲むことが増えます。

▼医療費の増加

必要以上の薬を使うことで、医療費が高くなる場合があります。

ポリファーマシーを防ぐために できること

ポリファーマシーを防ぐために、以下のことに気をつけましょう。

①お薬手帳を活用する

自分が飲んでいる薬の情報を1冊にまとめ、病院や薬局に行くときは必ず持って行きましょう。これにより、医師や薬剤師が適切な薬の管理をしやすくなります。

②かかりつけ医や薬剤師を持つ

信頼できる医師や薬剤師に、自分の健康状態や薬のことを相談できる環境を作りましょう。

③自己判断で薬をやめない

体調が良くなったからといって、自分の判断で薬をやめたり減らしたりしないようにしましょう。必ず医師や薬剤師に相談してください。

まとめ

薬は、正しく使えば健康を守る強い味方です。しかし、たくさん薬を飲むことで、逆に健康を害することもあります。自分の薬のことをきちんと把握し、医師や薬剤師としっかりコミュニケーションをとることで、ポリファーマシーを防ぎ、健康な生活を送りましょう。

奈良県医師会

すいぞう 膵臓がん

膵臓は、胃の後ろにあり、幅3〜4cm、長さ15cmぐらいの細長い臓器で2つの働きをしています。食べ物の消化を助ける消化液である膵液を出し、膵管を通じて十二指腸に排出する機能と、血糖を調節するインスリンなどの各種ホルモンを作る機能があります。

膵臓にできる膵臓がんは、主に膵管から発生しますが、大きさが小さい時では症状が出にくく、また小さくても転移しやすいため、進行した状態で見つかることが多い、予後の悪い怖いがんとして知られています。

膵臓がんは近年増加傾向にあり、年間約4万5000人の方が膵臓がんと診断されていて、これは約3000人に1人が膵臓がんになるという頻度です。がんが膵臓内にとどまり、かつリンパ節への転移がない病期のステージⅠでは、5年生存率は約40〜60%です。しかし約半数の方が進行転移した状態である

ステージⅣで診断され、5年生存率はわずか1%台であるため、がんの早期発見がとても重要です。

膵臓がんは、特定の自覚症状がないため早期発見が難しい病気で、進行すると、食欲不振、お腹が張る感じ、腹痛・背中の痛み、黄疸、体重減少などが起こり、糖尿病の血糖値が悪化して診断されることもあります。

診断は、膵酵素、腫瘍マーカーを含む血液検査、超音波検査、内視鏡・画像検査で診断しますが、最初の画像検査は体への負担の少ない腹部超音波が有用です。

膵臓がんになりやすい危険因子は、50歳以上・肥満・喫煙・大量飲酒・糖尿病・膵臓がんの家族歴・慢性膵炎・膵のう胞などがあり注意が必要で、危険因子を持つ方も含め、膵臓がんの早期発見のためには定期的に検査をすることが重要です。

奈良県医師会

こんにちは 地域包括支援センターです

☆在宅訪問歯科診療をご存じですか？

6月4日～6月10日は歯と口の健康週間です。

村では、通院が難しい要介護認定者の歯科受診に関して、吉野郡歯科医師会と協力し、往診時の交通費の助成を行っております。

事前申込みが必要ですので、希望される方は担当のケアマネジャーまたは、役場・住民福祉課へご連絡ください。



対象者：村内に住所を有する要介護1以上の在宅高齢者

実 施：吉野郡歯科医師会

利用方法：

- ①在宅で歯科の訪問診療を希望される方は、担当のケアマネジャーまたは、役場・住民福祉課へご相談ください。
 - ②後日、担当してくださる歯科医師より直接連絡が入ります。
 - ③受診後、診療費はご本人・ご家族さんがお支払いください。
- ※訪問歯科診療は、出来る治療に限りがあります。



☆出前介護相談のご案内

- 介護疲れで話を聴いてほしい ○介護の仕方を教えてほしい
 - 介護制度に関すること 等々
- (秘密は厳守いたします)
- 担当者がご自宅に訪問し、介護のご相談に対応いたします。
- 地域包括支援センターへお気軽にご連絡ください。

☆障がい者介護相談のご案内

障害のある方やそのご家族を対象に暮らしの事、将来的な事、生活上の心配事等々の相談をお受けするため、東吉野村役場にて窓口を開設しています。

例えば、

『人と話したり関わるのが苦手・・・だけど外に出たい。何か方法はないかな？』

『福祉サービスってどうやったら使えるの？どんなものがあるの？』

『高齢になってきて、子供の将来が心配・・・。』 e t c.

下記の日程で来所もしくはお電話にて相談員が対応いたします。

日 時 6月18日(水) 13時～16時 **場 所** 役場3階会議室1

TEL 42-0441(住民福祉課) ※担当相談員にお繋ぎします。

※足を運ぶのはちょっと・・・『でも、直接話を聞いて欲しい!』という方は事前に上記連絡先にお知らせしていただければ訪問させていただきます。

※相談窓口開設日以外でも、生活相談センターのどこかへ直接電話相談可能です。

TEL 0747-53-2153へご連絡いただければ相談員が対応いたします。
(のどか開所日 月曜～金曜9時～17時30分/第1・第3土曜13時～17時)

愛ふれいこころやあい社協

いちたつマルシェ山菜編 × お惣菜 × 防災グッズ

4月23日にいちたつマルシェ山菜編を開催しました。

14回目にして初めての雨開催となりましたが、いつも通り人が来てくれて、開店前には人も並び、雨でもいちたつマルシェを楽しみにしてくれている人がたくさんいることを**改めて実感することができました**。

今回は初の試みとして、**お惣菜コーナー**を設置しました。

ひよしのさとマルシェで取扱いしている**ハムカツ2個×20パック**、**エビ天2個×20パック**、**イベント限定ゆずの巻き寿司1本×20パック**はすべて完売しました。

中でも**いちご×20パック**は350円という破格の安さもあり、**即完売**しました。

着物コーナーができて、着物目当てで開店と同時に来られるお客様も多く、**紬や小紋**など柄の良い物はすぐに売れていき、手作りの**帯留め**を購入される方もたくさんいました。

昼からのお楽しみ抽選会の景品は**防災グッズ**で、カセットコンロや**水（賞味期限5年）**、アルファ米、**防災ボトル**などを用意して、防災に興味を持っていただく機会となりました。

今回、生活雑貨の出品数は過去最大となり、家を片付けする人がいちたつを思い出してくれて、出品してみようという新規の方が増えてきて、おかげさまで売り場スペースは置く場所がないぐらい生活雑貨で溢れかえっていました。



開店前行列



お惣菜コーナー



お楽しみ抽選会『防災グッズ』



来場者プレゼント『野菜の苗』

後期高齢者を対象に「お口の健康診査」口腔健診を実施します

高齢者の健康を保持・増進し、生活の質（ＱＯＬ）の向上を図り、健康寿命の延伸を目的とします。

○健診対象者：75歳・80歳・85歳（4月1日現在）の奈良県後期高齢者医療加入者

○健診料：無料

○実施期間：6月1日～11月30日

○実施方法：一般社団法人奈良県歯科医師会に属する奈良県の歯科医療機関にて、口腔健診を実施。

○口腔健診実施歯科医療機関一覧表は奈良県後期高齢者医療広域連合のホームページをご覧ください。

◎口腔健診の申込み方法

口腔健診実施歯科医療機関一覧表にある歯科医療機関へ事前ご予約いただき、受診当日に※健診券（はがき）、マイナ保険証、資格確認書または被保険者証をご持参ください。

※健診券（はがき）は5月下旬に奈良県後期高齢者医療広域連合より健診対象の方へ送付されています。

お問い合わせ先 奈良県後期高齢者医療広域連合 事業課

TEL：0744-29-8430





どっぴい

山里暮らし絵日記

280

平野在住
宮崎利一

土の匂い

土の匂いをかぎながらの畑仕事。ほうほけきよと鶯が鳴いている。自然の中で生きていると実感する。ほかに、カラスやトンビが鳴きながら飛び去って行くのを眺めているのも楽しいものだ。

山里は色々な物が生きている。たぬきを見つけた時は、あわてて逃げる姿がちよつと滑稽だった。狐は一度見たきりで二度とお目にかかっていない。

鹿は時々隣のお寺の屋根の下でじつと不動のままこちらを見ている姿が印象的だった。しばらく黙って見ているといつのまにか居なくなっていた。蛇は時々現れるが、ほつて置くといつのまにか居なくなっている。

よく考えると、最近動物をあまり見なくなつたような気がする。どこかへ行つてしまつたのだろうか。ちよつと寂しい気持ちになる。

動物を飼わなくなつて久しいが、おつと猫を忘れていた。ピカソとモネの二匹の猫がいる。時々喧嘩をするが、普段はいたつておとなしく生きて居る。でも、ほとんど寝ているような気がする。よくあれだけ眠れるもんだと思うが、少しの物音でも目を開けるのは、寝ているのではなく、待が居眠りをするようにいつも半眼状態なのかもしれない。おもしろい猫達だ。

文藝

ひがしよしの



令和七年四月二十二日青嶺俳句会から

水野露草 選評

◆特選の部

新入生三人写る村だより

宮崎 成子

評

掲句の村だよりは、本村の四月号の広報である。
 三月十八日にこども園を修了された三名の園児が、四月から小学校に入学されるのである。晴れやかな顔立ちにより、立派に小学校生活を送られるにちがいない。

杉山にぼつんと咲けり初桜

宮崎 利一

評

冬から春にかけて移りゆく季節の中で、桜の花には待ち望んできた大きな感動がある。
 掲句は、杉山の中に一本だけ咲きはじめた桜を詠んでいる。「ぼつんと」の措辞に、杉山の白い花の様子を活写している。

しやぼん玉とつてほしいとせがむ子よ
 松久保久永

評

しやぼん玉は、古くからある子どもの遊びで、春らしい気配のする一つである。
 掲句は、親子でしやぼん玉をしているのである。

幼い子は、空中にとび交うしやぼん玉をとつてほしいとせがんでいるのである。
 微笑ましい様子が目に浮かんでくる。

父母在せば共に百歳山桜
 保母二人閉園の日の夕桜
 出つ張りの鼻より枝垂れ山桜

◆準特選の部

満開の桜愛でをり父の忌よ
 甲高きち鳴きも交る菜種梅雨
 我が畑の小さき起伏縷々咲く
 まさをなる空から枝垂桜降る
 雀等の騒ぎ飛び立つ春の空
 菜園を一眺めして春の暮
 花溢るる峽に空き家が又ひとつ
 耕せり明日香の風をすきこんで
 渡し場の名残の標花の下
 縁側でひととき寝るも長閑かな
 歛担ぎ花の中より嫺来る
 はんなりと山の裾野の花霞

◆佳作の部

庭手入れ行き届きをり梅真白
 窓全開山の春風入れにけり
 晴れやかに朴の芽ますぐ伸びにけり
 磯伝ひ遊び行くかに老遍路
 一羽逃げ少し静まる花の枝
 月の夜の光を揺らす花の陰
 ほろ酔いて見上ぐる空に朧月
 異動なき職場に安堵木の芽晴
 燕尾服着付の空に燕舞ふ
 打水し迎ふる茶の湯の桜餅
 西ようず貝ぶくぶくと厨桶
 田打機がすぐそこにある古墳かな
 忠魂の碑に一札す夕桜
 宮滝の岩の窪みに蝌蚪掬ふ
 膨みしつばみの桜ワンシヨット
 樅の芽もあると樵に教へられ
 雲流れ光のどかに春の空
 退紅の枝垂れ桜でお茶一服

◆入選の部

伊藤志津子
 伊藤志津子
 池田美砂子
 池田美砂子
 池垣 昭美
 池垣 昭美
 宮崎 成子
 宮崎 成子
 松谷 忠則
 松谷 忠則
 松谷 忠則
 松谷 忠則
 宮下 俊二
 宮下 俊二
 辻 佐和子
 辻 佐和子
 濱田貴美子
 濱田貴美子
 松久保久永
 松久保久永
 前田 景子
 前田 景子
 川村 貞子
 川村 貞子

〈青嶺俳句会よりお詫びと訂正〉

五月号広報誌の中で、内容に誤りがありました。
 ご迷惑をおかけしましたことをお詫びし、訂正いたします。

十一ページ 文芸ひがしよしの 下段

雛壇を出して飾るも一苦労

(誤) 宮崎 成子

(正) 松久保 久永

一般投句 (短歌)

満開の躑躅に寄るる蜜蜂や
 袂紗を畳む所作見ておりぬ

福井メイ子

歩くこと歩ける事の大きさを
 車椅子押す背なに忘れず

福井メイ子

終りなき命の連鎖思ふとき
 春キャベツより黄蝶舞いたつ

浦田由美子

春愁と言ふは寂しき真昼間に
 風は万朶の花揺らすとも

浦田由美子

手作りの小さきボールを啜えきて
 犬は遊べと瞳向けくる

浦田由美子

茶摘み時晴れぬ気持ちに鞭打ちて
 指動かせば心踊るや

辻 由美子

苗もらいいそいと畑仕事
 前向きになれる畑仕事

辻 由美子

一般投句 (川柳)

万博に笑顔広がるバビリオン
 新緑に脳も身体も鼓動する
 自家菜園口は出すけど手は出さん

植平 佳伸
 植平 佳伸
 植平 佳伸



給食センターだより6月号



「食育基本法」制定から20年

食は生きる上での基本です

世界有数の長寿国である日本ですが、栄養の偏りや不規則な食事による生活習慣病の増加をはじめ、食の安全上の問題、海外への食の依存など、さまざまな問題を抱えています。そこで、「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育む」ことなどを目的に、平成 17 (2005) 年6月に「食育基本法」が制定され、国を挙げて「食育」に取り組むことになりました。食育基本法の制定から今年で 20 年となりますが、食をめぐる新たな問題も生じており、より一層「食育」を推進していく必要があります。



毎年6月は食育月間・
毎月19日は食育の日

家庭では、こんなことに取り組んでみませんか？

◆ 早寝・早起き・朝ごはん、
規則正しい生活リズムを身につけましょう



◆ 家族みんなで食卓を囲み、
食事を楽しみましょう



健康な体づくりはよくかむことから！

食事をゆっくりよくかんで、味わって食べていますか？ よくかむことは、食べ物本来の味がわかっておいしく感じられるだけでなく、虫歯や肥満を防ぐことにつながるなど、健康づくりの第一歩です。6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。食べるときはよくかむことを意識して、食べた後はしっかり歯を磨き、健康な歯と口を保ちましょう。

「よくかむ」ことで得られる効果

- ◆ 脳の働きを高める
- ◆ あごの発達を助ける
- ◆ 栄養の吸収がよくなる
- ◆ 虫歯を予防する
- ◆ 食べ過ぎを防ぐ



牛乳飲んでいますか？

地域おこし

協力隊の日々

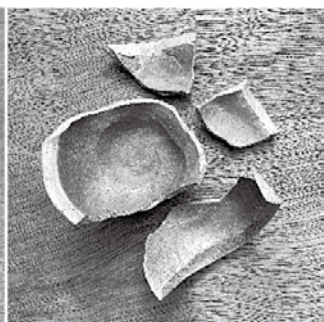
つなぐ

松尾 優志

地域おこし協力隊の松尾です。早いもので、東吉野村に移住をして一年半の年月が経ちました。最近では、「もう三年ぐらいだっけ?」「もっと長く住んでない?」と声をかけていただける事もあり、移り住んだ身としては嬉しい限りです。

昨年は、FAM・ふるさとひよし祭り(まちゆり)・はじまりの東吉野オープンアトリエなど数多くのイベントに参加させていただきました。イベントをきっかけに私の事を知ってくださった方もいらっしやると思います。どのイベントも、とても活気のあるものでした。準備の段階からど

の様に楽しんでいただけるかはもちろん、人との繋がり、地域との繋がり、環境との繋がりについて特に重要な項目として、役場や村の方と一緒に私も微力ながら考えました。



直近では、5月4日～5日に行われた大豆生オクヤマハウスのオープンデーで金継ぎを施した作品を展示させていただきました。

金継ぎは、壊れてしまった物、使えなくなってしまう物を継ぎ合わせ、修繕し使い続けるための技術です。(その上で加飾を施し、より良い物へと昇華する技術でもあります)今回は来場された方に作業の工程などを直接説明することができ、より具体的に金継ぎについて知っていただける機会になりました。

何かを継続していく事はとても難しく、今あるものも時の流れにのって移り変わっていきませんが、大切な物や想いを可能な限り次へとつないでいけるような活動ができれば

と思います。

今年も行われる沢山のイベントや行事が今から楽しみです!



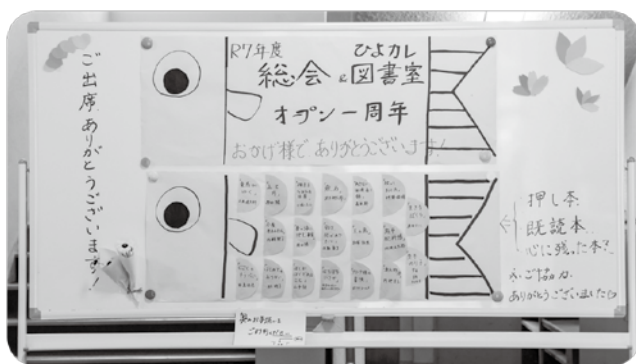
S/15 ひよカレ図書室が1周年を迎えました!

ひよカレ図書室1周年では前奈良女子大学准教授の佐藤宏明先生に「フンコロガシ」の話をいただきました。室内は笑いときどき驚きの声で終始和やかな雰囲気でした。フンコロガシの生態だけではなく、それにまつわる事柄や、アフリカケニアで研究されていた時の様子や著名な写真家とのエピソード、書籍の紹介なども面白く聴くことができました。この日をずっと楽しみにされていた方もいらっしゃいました。

その後、図書室での記念撮影や見学、貸し出しをして終わりました。また来年の2周年を目指し、活動してまいります。皆さんの来室をお待ちしています。(文:図書室世話役網谷さん)



ひよカレ図書室には
こたつがあります!



ケニアのフンコロガシの標本



ひよカレサポーター会員募集中!

ひよカレッジ四郷では、支えてくださる方々に活動内容や総会などひよカレの運営に関わっていただくサポーター会員の制度を始めました。

入会して下さった方には議決権が生じます。入会方法は以下のいずれの方法からお手続きください。

【入会方法】

- ・旧四郷小学校にある入会申込書に記入、提出
- ・右側に記載のQRコードより入会手続き



ひよカレッジ四郷
サポート会員
入会手続きはこちらから



ひよカレッジ四郷
Instagramでは
日頃の活動を発信しています
ぜひフォローしてご覧ください



ひよカレッジ四郷（略称ひよカレ）より活動報告とイベントのお知らせです INFORMATION

令和7年度の総会を開催しました！

5月15日に令和7年度の総会を開催しました。地域の方をはじめ、役場や国立大学法人奈良国立大学機構からもご参加いただき、計28名の方に参加いただきました。令和7年度の活動計画などを聞いていただき、温かい雰囲気の中議案について承認いただきました。

初めて参加された方からは「ひよカレがどんな場所で、何を目指してどんなことをしているのかがわかりました。」とのお言葉もいただきました。これからもみなさんに知っていただけるよう活動に取り組んでまいります。引き続きご支援を賜りますようお願いいたします。



話題の新刊登場！直木賞受賞作、本屋大賞受賞作、入荷しました！

2025年本屋大賞受賞作の『カフネ』（阿部 暁子）をはじめ、第2位の『アルプス席の母』（早見和真）、そして、なんと東吉野村を舞台に二ホンオオカミとの出会いが取り上げられた直木賞受賞作の『藍を継ぐ海』（伊予原新）など、その他も力作が勢揃い。一度ひよカレ図書室で手に取ってご覧ください。
(文：図書室世話役網谷さん)



ひよカレ図書室のご利用案内

みんな来てね！

開室日時 毎週水曜 13時～16時

ご利用方法 1人5冊まで（4週間貸出）

※閉室時は玄関前返却boxをご利用ください

6月のひよカレ図書室開室日

4日(水)、11日(水)、18日(水)、22日(日)、25日(水)、

活動やイベントのお申し込み、お問い合わせは大谷（090-6144-4083）まで
ひよカレは奈良国立大学機構と地域との連携で運営されています。