

2025  
(令和7年)

12月号

Vol.632

# 中広報 ひがしよしの

P2~7

秋はイベント大盛り上がり！

P18

年末年始のごみ収集について

P20

水道管防寒できてますか？

裏表紙

令和8年度こども園園児募集！



# フェスティバル

11月15日と16日の2日間、村運動公園で、「東吉野まるとフェスティバル」を開催しました。村の農林産物の振興を図る農林産物品評会や村民の皆さんの文化芸術に対する創作意欲を高める文化展覧会、健康に対する意識の高揚を目的とする健康フェスティバル、いきがい講座コース教室や、多くの住民グループの方々による文化発表会、屋内外では村民有志の模擬店が一堂に集結しました。本年度は特別出演として、和太鼓集団の天晴連による迫力あるパフォーマンスや手品師ユージ・南による華麗なるステージマジックショー、デ・オッシによる音楽コンサートがあり、多数の来場者で賑わいました。

また、開会式では水本村長、丸井村議会議長の挨拶のあと、農林産物品評会表彰式を行い、優秀な産物を育てられた入賞者の表彰が行われました。

## 【農林産物品評会】

今年は199点の出品があり、品評会展示場には、皆さんが丹精こめて育てられた柚子やさつまいも、玉ねぎや里芋等が勢揃いしました。出品物は16日に即売され、多くの来場者で賑わいました。即売会の売上金は、善意銀行に寄付させていただきました。

農林産物品評会の入賞者は次のとおりです。

### 特賞

奈良県知事賞

柚子 大字萩原 東 正夫

奈良県農業会議会長賞

白菜 大字小 福田 耕治

東吉野村長賞

ピーマン 大字木津 山口百合子

優秀賞

奈良県南部農林振興事務所長賞

大根 大字木津 山口 英明

五條吉野農業推進協議会長賞

さつまいも 大字三尾 丸山美登里

奈良県農業共済組合長理事賞

柚子 大字中黒 窪西 康子

奈良県農業協同組合代表理事賞

カブ 大字木津川 烏帽子小夜子

東吉野村議会議長賞

キウイ 大字三尾 門 絹江

東吉野村農業委員会会長賞

茶 大字小 服部 嗣人

吉野地方農業委員会協議会長賞



手品師 ユージ南



和太鼓集団 天晴連



デ・オッシ



3B体操



大正琴 (楓)



コーラスグループ「響」



吉野郡更生保護女性会



コーラスグループ「ソナーレ〜奏でる〜」



大正琴 (スウィート・マミー)

# 東吉野まるごと

じゃがいも 大字平野 久保 和子  
吉野地区営農連絡協議会長賞  
万願寺唐辛子 大字三尾 岩本 清

特別賞  
柚子 大字木津川 烏帽子小夜子

入選

あずき 大字平野 久保 和子

玉ねぎ 大字萩原 東 正夫

白菜 大字小 森谷 伊佐美

里芋 大字木津 山口 百合子

唐辛子 大字小 渡邊 久子

栗 大字小栗栖 辻 典子

茶 大字中黒 大丸 洋子

## 文化展覧会

今年の展覧会には、華の部6点、写真の部16点、書の部15点、絵画の部13点、陶芸の部11点、工芸の部21点、文芸の部3点の展示がありました。また、各いさがい講座より、俳句教室11名、手づくり雑貨教室9名、ガーデニング教室8名、粘土細工教室9名、写真教室8名の生徒の方々の作品、東吉野こども園15名、小学校30名、中学校10名の作品が展示されました。

また、県指定無形文化財保持者刀匠河内國平氏の刀の特別展示やいさがい講座講師の特別展示、岩本民代さんに華道、宮崎成子さんに創作人形の特別展示も行っていました。

## 健康フェスティバル

「健康チェックコーナー」では、血圧や血管年齢等の測定や認知機能チェック、むし歯のなりやすさチェックが行われ、それぞれに出された結果について説明を受けていました。

また、臨床心理士による相談コーナーも設置されました。

その他の会場では、鮎の塩焼き、豚汁、よもぎ餅、柿の葉寿司等の模擬店、天誅組コーナー、地域おこし協力隊・集落支援員コーナー、手づくり雑貨教室、粘土細工教室、フリーマーケット、観光協定を結んだ松阪市による特産品販売コーナー、友好都市堺市から刃物や特産品の即売と、堺市公園協会のコーナー、ゆかりのまち友好市町村刈谷市からはマスケットキャラクター「かつなりくん」の缶バッチ作成体験コーナーが開かれました。



健康チェックコーナー



天誅組コーナー



地域おこし協力隊・集落支援員コーナー



模擬店会場の様子



農林産物即売会



文化展覧会





## サイクルイベント 東吉野でポタリング

11月1日、サイクルイベント「東吉野でポタリング」を開催しました。26名が参加され、今年で5回目となりリピーターも多くいます。参加者は、村内各地に設置されたチェックポイントを目指しました。景色や食事、買い物など、村内の魅力を堪能していただき、ゴール時にはチェックポイントの到達数に応じて景品を手渡しました。初めての参加者の中には、アップダウンなどの心配をされている方もいらつしやいましたが、道中では気持ちよさそうに走られている様子でした。



気持ちよくサイクリング



ひよしちゃんと記念撮影

## 東吉野清流ウォーク

11月3日、東吉野清流ウォークを開催し、55の方に参加いただきました。参加者は、三尾区民センターから役場までの道のりを「のんびりコース」4km、「ゆったりコース」6kmの2コースに分かれ、美しい自然や他の参加者との会話を楽しみながらウォーキングに挑まれていました。ゴール地点となった役場では、豪華景品が当たる抽選会が行われ、最後まで楽しめるイベントとなりました。



ウォーキングの様子



抽選会の様子

## 東の滝・夢淵・丹生川上神社周辺 ライトアップ開催

11月7日から9日までの3日間、東の滝、夢淵、丹生川上神社周辺でライトアップを開催し、約680名が訪れました。

8日（土）、9日（日）に設けられた飲食ブースには、東吉野小学校、中学校の生徒たちと一緒に作ったコットンボールが飾られ、温かな空間の演出に一役買っていました。

来場者のみなさんは、飲食ブースの食事で温まり、幻想的に照らし出された東の滝や夢淵、丹生川上神社周辺をゆっくり眺めています。



東の滝



コットンボールが照らす飲食ブース

## 東吉野村美緑の森づくり事業 第26回「コスモの森」森林保全活動

東吉野村美緑の森づくり事業の一環として、平成22年度から続けられている森林整備体験や森林保全学習を行う「コスモの森」が11月8日大字小川のコスモの森等で行われました。

この活動は、先に締結した東吉野村美緑の森づくり事業「コスモの森づくり」の協定に基づき、コスモ石油（株）堺製油所社員及びグループ会社社員とその家族が森林整備（下刈り、つる刈り、除伐等）により健全な森林育成を実施し、社員のみならず堺市民その他一般の方々の森林保全学習や自然生態系に関する体験学習などに利用できるエコツアー区域を作りあげるもので、年2回（春秋）実施し、今回26回目となります。

当日、吉野中央森林組合の方より作業の説明があり、36名の参加者が2班に分かれ、役場前の山にあるコスモ

の森では、

桜の苗木の

植林、役場

駐車場で家

族で参加さ

れた方は木

を使った

ゲームを行

いました。



植林の様子



参加したコスモ石油（株）堺製油所の皆さんとその家族



## アマゴの成魚放流！

10月20日、自発的に産卵させることを目的に、産卵期の成熟したアマゴ約300kgが、村漁業協同組合役員の方により村内の河川に放流されました。

このアマゴは下北山村で養殖されたアマゴで、40cmを超える個体もいるほど丸々として大きく、とても元気で飛ぶように泳いでいました。東吉野の川でたくさんの方の元気な卵を産んでくれることを期待しています。



放流の様子

## 東吉野村体育協会主催 ゲートボール大会

10月21日大字小ゲートボール場にて、東吉野村体育協会主催ゲートボール大会が開催されました。

あいにくの曇り空で気温も低く冷え込む中での実施となりましたが、終始楽しくお話をし、プレイでは寒さを感じさせない白熱した戦いとなりました。

参加者は4チームに分かれてリーグ戦を行い、見事「第1チーム」が優勝され、「第2チーム」が準優勝となりました。



津川村体育協会会長挨拶



プレイの様子

## こども園 ハロウィン訪問

10月28日、東吉野こども園の子ども達が、「誰に対しても物怖じせず対応できること」を狙いとして、「こども園のハロウィン」を計画し、園外保育で役場を訪れました。

村長、副村長、教育長、各課長からお菓子をもらうために、「トリックオアトリート」と合言葉を唱え、一人ひとりお菓子をもらいました。

子ども達も周りの職員も楽しいひと時を過ごすことができました。



こども園ハロウィン訪問の様子

## はじまりの東吉野オープンアトリエ

11月1日から3日、8日から9日の5日間、村内各地で「はじまりの東吉野オープンアトリエ」が開催されました。

今回のイベントは、村在住の38組のクリエイターやアーティストの方々が、村内のアトリエや工房を開放し、作品展示やインスタレーションを行うもので、作品の鑑賞や購入だけでなく、ものづくりの背景やクリエイターのライフスタイルに触れる貴重な機会となりました。



空木



サテライトオフィス小川

## 秋季東吉野材まつり市開催

11月13日、桜井市の西垣林業株式会社原木市場において「秋季東吉野材まつり市」が開催されました。

初めに西垣林業株式会社上席執行役員の横谷氏より挨拶があり、「住宅着工が減少している中で、製品は高いのに原木が安い状況がある。丁寧に育てられてきた優れた木材であることを多くの方にわかってもらう必要がある。現在、ドイツからマイスターを招聘し、自然環境に応じた施業方法や安全な作業技術を指導してもらっている。先人から受け継いだ山を大切に守っていききたい」と述べられました。

また、続いて鍵谷副村長より挨拶があり、「東吉野村の林業の後継者不足や高齢化による人手不足といった課題がある。村としても移住定住施策やイベント活動などを行っており、皆様のご協力をお願いしたい」と述べられました。

挨拶後は競りが行われ、様々な買い手の方が集まり、多くの材が売れ、活気ある東吉野材まつり市が行われていました。



鍵谷副村長挨拶



横谷氏挨拶



競りの様子



# 健康のひろば

## 12月の保健事業

お問い合わせは  
住民福祉課へ

☎42-0441

### 子育てサロン （びびよサークル）

とき

12月17日（水） 10時～11時

ところ

役場1階会議室

対象

就学前の子どもと保護者、妊婦

内容

体重測定・育児相談・保護者同士の交流

持ち物

飲みもの

申込み

参加ご希望の方は、12月15日（月）までに住民福祉課へご連絡ください。

### 悩みごと相談所

臨床心理士が、様々な悩みに対応。カウンセリングをしながらアドバイスを行います。相談された内容は秘密厳守されますので、お気軽にご相談ください。

とき

12月20日（土） 10時～16時  
（12時～13時までを除く）

ところ

役場1階会議室

申込み

相談を希望される方は予約制です。12月18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

### 季節性インフルエンザ予防接種費用助成のお知らせ

#### 12月末接種分までです

インフルエンザの予防接種を希望される方には、接種費用の助成を行います。接種期間は医療機関によって異なりますので、事前に医療機関にご確認の上、予防接種をお受けください。

### 【高齢者等】

対象

東吉野村に住民票があり、予防接種当日、次のいずれかに該当する方

① 65歳以上の方

② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に身体障害者手帳1級程度の障害を有する方

助成対象接種期間

10月1日（水）～12月31日（水）

費用

自己負担2,000円

（生活保護受給の方は全額助成）

方法

1）村内医療機関、南和広域医療企業団3病院（五條病院、吉

野病院、南奈良総合医療センター）の場合

当日医療機関で2,000円を支払い、予防接種を受けてください。

※南和広域医療企業団3病院は電話での予約は受け付けていません。病院窓口でご予約ください。

2）右記以外の医療機関の場合（償還払い）

① 接種前に住民福祉課へお申し込みください（12月26日（金）まで）。

② 接種当日、役場が発行した必要書類を持参し、予防接種を受けてください。

③ かかった費用を一旦、全額医療機関にお支払いください。

④ 予防接種の領収書と予診票の写しを添えて、申請書を住民福祉課へご提出ください。

⑤ 接種費用から自己負担金を除いた金額を助成します。

助成金申請※切

令和8年2月27日（金）

郵送は令和8年2月28日（土）

### 【子ども】

対象

東吉野村に住民票があり、平成19年4月2日以降に生まれた方で接種当日の時点で生後6か月に達している方

※13歳未満は2回、13歳以上は1回接種

※点鼻薬での接種については助成対象になりません。

助成対象接種期間

10月1日（水）～12月31日（水）

助成額 接種費用の全額  
助成方法 償還払い

① 接種前に住民福祉課へお申し込みください（12月26日（金）まで）。

② 接種当日、役場が発行した必要書類を持参し、予防接種を受けてください。

③ かかった費用を一旦、全額医療機関にお支払いください。

④ 予防接種の領収書と予診票の写しを添えて、申請書を住民福祉課へご提出ください。

助成金申請※切

令和8年2月27日（金）

郵送は令和8年2月28日（土）

必着

### 新型コロナウイルス感染症予防接種費用助成のお知らせ

#### 定期予防接種費用の助成をします

新型コロナウイルス感染症の予防接種を希望される方には、接種費用の助成を行います。接種期間は医療機関によって異なりますので、事前に医療機関にご確認の上、予防接種をお受けください。

### 【高齢者等】

対象

東吉野村に住民票があり、予防接種当日、次のいずれかに該当する方

① 65歳以上の方

② 60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免



疫の機能に身体障害者手帳1級程度の障害を有する方  
助成対象接種期間  
10月1日(水)～  
令和8年2月28日(土)

費用  
自己負担3,000円  
(生活保護受給の方は全額助成)

方法  
1) 村内医療機関、南和広域医療企業団(五條病院、南奈良総合医療センター)の場合  
当日医療機関で3,000円を支払い、予防接種を受けてください。

※南和広域医療企業団は電話での予約は受け付けていません。病院窓口でご予約ください。

2) 右記以外の医療機関の場合(償還払い)  
① 接種前に住民福祉課へお申し込みください(令和8年2月27日(金)まで)。

② 接種当日、役場が発行した必要書類を持参し、予防接種を受けてください。

③ かかった費用を一旦、全額医療機関にお支払いください。

④ 予防接種の領収書と予診票の写しを添えて、申請書を住民福祉課へご提出ください。

⑤ 接種費用から自己負担金を除いた金額を助成します。

助成金申請書

令和8年3月31日(火)

高血圧予防ワンポイントアドバイス

冬の高血圧対策をしよう

冬は運動不足で体重が増えやすく、塩分が高いものを食べる機会が多いのに加え、寒さにより全身の血管が収縮するため、普段血圧に問題がない方でも血圧が上がりやすくなります。次の3つのポイントに気を付け、血圧の上昇を防ぎ、元気に冬を乗り切りましょう。

① 室温は18度以上に保ち、入浴時や外出時の急激な気温変化に気を付けましょう。

② 適度に体を動かし、運動不足を解消しましょう。

③ 鍋料理や麺類を食べる時には、野菜をたっぷり摂取し、汁は飲まないようにしましょう。また忘年会などでの暴飲暴食を控えましょう。

参考文献・e-健康づくりネット

感染症を予防しましょう

インフルエンザが流行しています。年末年始にかけて、さらに感染が広がる恐れがあるため、予防と早めの治療を心がけ、感染や重症化を防ぎましょう。

・基本的な感染防止策(必要時マスク着用、予防接種、換気、消毒)を徹底しましょう。

・食事前や外出後など、こまめに流水・石けんによる手洗いをしましょう。アルコール製剤による手指消毒も有効です。

・発熱や倦怠感など、少しでも体調が悪いときは外出を控えましょう。

## 令和7年12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
目の健康相談	12月9日(火) 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切12月4日(木)	奈良県眼科医会
整形外科に関する健康相談	12月16日(火) 午後1時30分～2時30分	予約必要 ※受付締切12月15日(月)	奈良県医師会 整形外科部会
精神科に関する健康相談	12月16日(火) 午後3時30分～4時30分	予約必要 ※受付締切12月9日(火)	奈良県医師会 精神々経科部会
内科疾患に関する健康相談	12月17日(水) 午後1時45分～2時45分	予約必要 ※受付締切12月16日(火)	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



# 給食センターだより12月号



## 寒さに負けず、冬を元気に過ごそう！

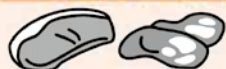
いよいよ冬本番を迎え、朝晩の冷え込みが厳しくなりました。寒いと手を洗うのが億劫になりがちですが、風邪や胃腸炎などの感染症を防ぐには、せっけんを使った丁寧な手洗いが肝心です。また、食事や睡眠をしっかりとって抵抗力を高め、風邪をひきにくい丈夫な体をつくりましょう。



### 風邪予防に とりたい栄養素と食べ物

#### 丈夫な体をつくる

##### たんぱく質



肉類



魚介類



卵



大豆・大豆製品



牛乳・乳製品



ヨーグルト

#### 強い抗酸化作用で体を守る

##### ビタミンA



にんじん



レバー



ほうれん草



うなぎ

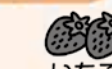
##### ビタミンC



ブロッコリー



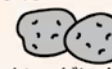
パプリカ



いちご



キウイフルーツ



じゃがいも

##### ビタミンE



かぼちゃ

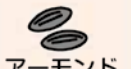
サラダ油



油



サケ



アーモンド

★<sup>はやね</sup>早寝・<sup>はやお</sup>早起きをし、<sup>あさ</sup>朝・<sup>ひる</sup>昼・<sup>ゆう</sup>夕の3食を<sup>しょく</sup>欠かさず<sup>か</sup>食べて、<sup>きそくただ</sup>規則正しい生活を<sup>せいかつ</sup>こころがけましょう。



冬至は、1年のうちで最も太陽が低い位置に来るため、昼が短く、夜が長くなります。昔は、太陽の力が最も弱くなる日とされ、この日を境に太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられていたことから、ゆず湯で身を清め、邪気を払う小豆や、「ん」のつく食べ物を食べて「運」を呼び込む風習があります。

### 「ん」のつく食べ物で「運」を呼び込もう！

なんきん  
(かぼちゃ)



にんじん



れんこん



かんてん



きんかん



ぎんなん



うどん  
(うどん)





# こんにちは 地域包括支援センターです



## ～成年後見制度をご存じですか～

成年後見制度は、自分らしく安心して暮らすことができるよう、その人の権利を擁護するための制度です。

認知症、知的障がい、精神障がいなどで、ものごとを決めることが難しくなったり、正しい判断ができなくなったりし、自分自身で財産管理や契約などの法律行為を行うことが難しい場合に、家庭裁判所が適任と思われる成年後見人等を選任し、本人を保護・支援します。（後見人等には、裁判所が決定した報酬を支払う必要があります。）

例えば、医療や福祉サービスの手続きや契約が難しくてわからない場合には、成年後見人等がわかりやすく説明してくれたり、本人に代わって手続きや契約をしてくれたりします。また、年金や給付金の受け取り、公共料金や介護サービス費用の支払いなどの日常的な金銭管理、預貯金や不動産の管理、遺産分割協議への代理参加など、財産の管理をしてもらえます。

「大変そう」で「難しそう」なイメージがありますが、誰もが必要となる可能性がある制度です。

成年後見制度の申請は住所地の家庭裁判所で行いますが、詳しい内容や手続きについては、厚生労働省の「成年後見はやわかりサイト」<https://guardianship.mhlw.go.jp/> でご確認ください。

地域包括支援センターでも制度や手続きの説明・相談をお受けしています。お気軽にご相談ください。



## ☆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

障がい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** 12月17日（水）13時～16時 **場 所** 役場1階会議室

**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）

# こころやあい社協

## 午後の部

輪投げ大会 練習1回 本番2回

秋の音楽会 松谷文美先生 『紅葉』と『世界の国からこんにちは』

盆踊り 炭坑節 オオカミ音頭

餅まき 餅40升



輪投げ



輪投げ



炭坑節



オオカミ音頭



秋の音楽会



餅まき



輪投げ大会1位、2位、3位の皆さん



クイズで優勝した2グループの皆さん





## ふれあいサロンピック2025

10月29日(水)に、ふれあいサロンピック2025を開催しました。

第9回目の開催で参加者は126名と過去最多。初めての方が10名も参加してくれました。

午前の部は14グループに分かれてクイズ大会。役場若手職員の本気で頑張る姿を楽しんでいただきました。

### 午前の部 笑ってこたえて 団体戦でクイズ大会



クイズ大会



職員の見せ場本気の対決



ズンドコ節