

断熱ワークショップ第二回【窓を断熱しよう!】開催報告&効果測定報告会告知

11月8日、断熱ワークショップの第二回目「窓を断熱しよう!」を開催しました。先生方、学生さん、見学の方含め28名の方に参加いただきました。大工さんの仕事も見せてもらいつつ参加者も大活躍! 60ミリの枠を作ってもらい、25ミリの断熱材を入れて気密テープを貼りました。外部側の窓で内窓を入れたところは、サーモカメラで見ても一目瞭然の違いが出ていました。廊下側の窓にはお家にも応用できそうなDIYがたくさん! 隙間テープの仕組みやどこに貼ったら効果があるのか等、講師の矢島さんに細かく教えてもらいながら進めることができました。完成した外側は、明るさもはっきりありながら、外気から守られてる感じがします。冬の変化が楽しみです。参加いただいたみなさん、ありがとうございました! 次回はよいよ効果測定報告会です。



次回2月14日(土)13:00-16:00
第三回「効果測定結果を知ろう!」



次回参加申込みはこちらから

奈良女子大学工学部の住環境学の研究も併せて行っています。断熱を施した部屋には、測定器を設置しており「効果測定結果報告会」では、大学の先生や奈良県地球温暖化防止活動推進センターの方など多数のスペシャリストをお招きします。ぜひご参加ください。

放課後こども教室（10月、11月分）開催報告

10月の放課後子ども教室は「クップに挑戦しよう!」。講師は奈良南高校の久見先生。スウェーデン発祥の薪投げスポーツ「クップ」は、木に木を投げて当てて倒すスポーツです。チーム戦で作戦も重要となり、考えながら楽しみました。東吉野村ではクップを普及させようと教育委員会がいろいろ企画してくれています。ちっちゃな子から高齢者までみんなで楽しめるスポーツです。みなさんもいかがですか?



11月の講座は「リュールシロフォン作り」。講師は村の木工家 金光藍さん。リュールシロフォンはヨーロッパ発祥の楽器で台になる木に小さな板状のものを取り付け、中にビー玉やドングリを入れて音を鳴らします。細い板をノコギリで切るのがみんなとても上手に切れました。

板の種類や長さを変えると音が違うので思い思いに板を切って取り付けます。小さい子ができないことは大きな子が「一緒にやろ」と声をかけて、とても和気あいあいとした雰囲気で作業できました。お気に入りのリュールシロフォンができて大満足でした。

(文: こどもサポート世話役 奥谷さん)

ひよしカレッジ四郷（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

オープンアトリエ四郷小展示にたくさんのご来場ありがとうございました！

はじまりの東吉野オープンアトリエ2025が終わりました。会場の一つとなった四郷小にもたくさんの方にご来場いただきありがとうございました。四郷小の展示会場では5人のクリエイターの方々の展示があり、とても華やかで素晴らしかったです。2日目の陶芸ワークショップでは、子ども達が一生懸命取り組む姿が印象的でした。指導、支援くださった奈良教育大学の原山先生と学生さん、ありがとうございました。

オープンアトリエは、村中の様々な作家（クリエイター）が自身の工房を公開したり村内のお店や施設等で作品を展示する東吉野村ならではの取り組みです。村のあちこちがアートに包まれる素晴らしいイベントを村民の力で作れることが村の底力だと思います。このイベントに四郷小を活用していただき、多くの方が訪れてくださる機会になることはひよカレにとってもありがたいことです。みなさまありがとうございました。

(文：オープンアトリエ四郷小運営担当 奥谷さん)



ひよカレ図書室にこたつが登場！& 鉱石展示継続

オープンアトリエ会期中も図書室を開室し、多くの方にご利用いただきました。「図書室にこたつがある！」と、驚いたり喜んだりしている子ども達に読み聞かせや紙芝居のプレゼント。また、第2図書室で展示されていた多数の鉱石の輝きにも魅了される方が続出！こちらの鉱石展示は引き続き、同じ場所で展示する予定です。この冬もぜひお立ち寄りください。



(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



12月のひよカレ図書室開室
3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)
※25日～1月6日まではお休み（年始は7日から）

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。

地域おこし

協力隊の日々

七十二候との出会い

スミス・エミリー

七十二候という世界を初めて知った時、その繊細で奥深い自然の捉え方に心を奪われました。西洋にはこのような伝統がないため、年を月や季節で区切るのではなく、虫が土へ潜る瞬間や、雁が北へ帰る気配など、自然のわずかな変化に目を向けて暮らしてきた日本の感性に深く魅了されたのです。七十二候は六世紀に中国から伝わり、1685年に日本の気候や文化に合わせて書き換えられ、1875年に西暦が導入されるまで生活の指針として受け継がれてきました。

今年、私は協力隊活動の一環として七十二候すべての記録に挑戦しています。毎日自然の中へ出かけ、風景や生き物、季節が動く瞬間を丁寧に撮影し、短い詩的な映像に仕上げています。二月に始めてから五十六本を制作し、全ての映像が10,000回以上再生されており、中に

は100,000回以上再生されているものもあります。これらの映像は、国内外の人々に東吉野や日本の田舎の美しさを伝える一助となっています。

国内でも、たくさんの方が七十二候について知らなかったようですが、田舎に住んでいる高齢の方はいまでもこの季節のリズムと日々の生活につながりを感じています。

日本人同様、外国人からもこの七十二候の映像作品は世界を捉える新しい視点を提供し、非常に画期的であったという声が寄せられており、制作者としてこの映像作品の反響を一層深く感じているところです。

ご近所の93歳の梅本さんとは、蕨や松茸を探しに一緒に山へ入り、ぬか漬け、柿の葉餅、蓬餅、ゆずマーレード、そしてこんにやくを一緒に作る方法まで教えていただいています。歩く先々で出会う人々も、この旅に欠かせない大切な存在です。

皆さんから受け取った知恵や季節の習わしは、どれも守りたい貴重な文化です。珍しいヤスデを見つけたら、世代を超えて受け継がれてきた

地域の伝統を学んだりして、それらに対する私の理解と知識は大きく深まりました。自然の中で過ごすひとときや、道のりの中で生まれた友情が、日本の田舎に息づく文化や豊かな美しさへの感謝をさらに深め、今では故郷となった東吉野という村への愛情をいっそう強くしてくれています。

動画はInstagramでご覧いただけます

@down2forage



文藝

ひがしよしの



令和七年十月二十八日青嶺俳句会から

水野露草 選評

◆特選の部

百才へ国より賞状天高し

伊藤志津子

評

掲句は、九月十五日の敬老の日に、家族かあるいは知合いの方が、百才を祝って国から賞状を授与されたのであろう。

高齢化社会といわれていますが、共にお祝い申し上げたいと思います。

風炉名残「壺中の天」の軸掛かる

濱田貴美子

評

陰暦の十月の亥の日に炉開きをする風習があり、それまでの風炉に名残を惜しんで催す茶会を「風炉名残」という。

作者は、「壺中の天」の軸の掛かる部屋で茶会を楽しんでいるのである。

因みに、「壺中の天」は、酒を飲み俗世を忘れるという故事から来ている。

家裏は千草の象の小川かな

前田 景子

評

象の小川は、吉野町宮滝の象山を過ぎて吉野川に入る流れである。

大伴旅人の歌に「昔見し象の小川を今見ればいよよ清けくなりけるかも」があるように、水の澄んだ小川である。

掲句は、秋の草花が咲く象の小川を活写した佳句である。

◆準特選の部

満月を廊下拭き上げ祀りけり
秋澄めり象の小川の魚の眼も
望の月井戸の底まで照らしをり

池田美砂子
辻 佐和子
松谷 忠則

◆佳作の部

山里は空気旨しや賜日和
父採りし「くろかわ」もあり茸刈
信楽に野の花挿せば秋の風
望月と雲を浮かべて手水鉢
ゆつくりと百の石段鯛雲
秋日和散歩日和と足のぼす
人ごとと思へぬ喜寿に秋深し
一畝は遅れて蒔きぬ貝割菜
一山の彩り深き野路の秋
孫からの手渡し稲架掛けにけり
秋麗遠くに響く笛太鼓
テープ切る先生チーム運動会
稲穂垂れ光る棚田は黄金色

伊藤志津子
濱田貴美子
池垣 昭美
宮下 俊二
池田美砂子
松久保久永
宮崎 利一
辻 佐和子
宮崎 成子
松谷 忠則
足立 昌宏
前田 景子
川村 貞子

◆入選の部

栗拾ふ大かた獣食みし跡
五合枘こぼるる零余子買ひにけり
梨包む紙皿にして皮を剥く
巻き貝に耳当てて聞く秋さびし
風の端の抜ける路地裏秋翳る
駐在さん兎に「おはよう」と空高し
初穀の三角錐に焼かれ行く
裏山で鹿の鳴く声闇の中
秋祭撒けよ撒けよと餅の飛ぶ
夜の闇虫の音だけの音楽会

伊藤志津子
濱田貴美子
池垣 昭美
池垣 昭美
宮下 俊二
宮下 俊二
池田美砂子
松久保久永
松久保久永
宮崎 利一

庭に咲き一際輝く百日紅
草紅葉浅瀬を跳ぬる魚のゐて
よもすがら色なき風が窓たたく
湯気のぼる珈琲ふうと今朝の秋
無月の空また仰ぎ見て酒を酌む
後の月澄み渡る空凜として
いがぐりやはち切れさうに実が二つ
垂るる枝巻き上がりゆく零余子かな
秋雨や地に落つ木の葉輝きて
秋の蟬鳴く声微か命尽く

宮崎 利一
辻 佐和子
宮崎 成子
宮崎 成子
松谷 忠則
足立 昌宏
足立 昌宏
前田 景子
川村 貞子
川村 貞子

一般投句（短歌）

幾年を使ひしバッグまた仕舞ふ
終活といふ寂しき言葉

浦田由美子

久方の街のガラスに映りたる
わが影細き秋の暮かな

浦田由美子

芋餅を作りて帰省子待つ母も
里の厨も追憶の中

浦田由美子

秋茜高く飛び交う日短かし
赤の残像儼に長く

福井メイ子

夢の中いつも笑ってる君がいて
名字の言告げる今朝かな

福井メイ子

母の実家民泊として甦る
喜びしや先祖も家も

福井メイ子

壱岐・対馬玄界灘の離れ島
移住者の案内受けて

辻 由美子

壱岐・対馬玄界灘の離れ島
移住者の案内受けて


辻 由美子

壱岐・対馬玄界灘の離れ島
移住者の案内受けて

辻 由美子

壱岐・対馬玄界灘の離れ島
移住者の案内受けて

辻 由美子



高見山に向つて
乾杯。

どつぶり
山里暮らし絵日記
286
平野在住
宮崎利一

格子の窓から美しい高見山が見える。今日も相変わらず堂々とそびえている。いい天気だ。

でも高見山はちよつと霞がかかつて元気がなさそう。耳鳴りがするくらい静かだ。

山鳩が餌を求めて時々やって来る。いつも二羽でやってくる。親子か夫婦か兄弟か解らないけど、いつもペアだ。それにしても我が山里は相変わらず静かだ。時々飛行機の音がするが、ストーブが暖かい。ぼくと生きてても寒い。

いつも、高見山を見ながら「ああ、今日もいい天気だ」といいながら一日が始まる。

年を取るとみんな何を考えて生きているんだろうか。

明日の事か、今日の事か、今の事か。案外、何も考えずに日々楽しく生きていくのかもしれない。

「明日は明日の風が吹く」いいなあ。このいいかげんな生き方。

今この瞬間を大切に生きる。

なんて素晴らしい生き方だ。

人生は一回ぼつくり。二度とない人生。やりたい事をやって、パツと散る。年を取るとなんでこんなことばつかし考えてしまうんだろか。

まだまだ人生に未練があるんだろうか。まだまだ始まったばかりの人生に乾杯。ねえ御同輩。

年末年始のごみ収集及び持ち込みごみの受付時間について

月 日	一 般 収 集	持込みごみ受付時間
1 2月26日 (金)	通常収集	9時～16時まで
27日 (土)	休　　み	休　　み
28日 (日)		
29日 (月)	通常収集	
30日 (火)	可燃物のみ全域回収 (日裏地区を除く)	
31日 (水)	休　　み	
1月 1日 (木)		
2日 (金)		
3日 (土)		
4日 (日)		
5日 (月)	通常収集	9時～16時まで (12月26日までに要電話予約)
6日 (火)		9時～16時まで

さくら美化センターに自分でごみを持ち込む場合は、必ず前日までに電話予約してください。

お問い合わせ先 住民福祉課（42-0441）

さくら美化センター（0746-47-2215）

◆国民年金のお知らせ◆

年金の請求をお忘れではありませんか？

年金の受け取り開始を66歳以降に繰り下げている方へ

「75歳になれば、年金が自動的に支払われる」と

思っていないませんか？

- 65歳から受け取ることができる「老齢基礎年金」と「老齢厚生年金」には、66歳から75歳になるまでの希望する時期まで年金の受け取り開始を繰下げると、繰下げた期間に応じて年金額が増える仕組みがあります。
 - 66歳以降に繰下げを希望され、年金を受給されていない方に対し、ご希望する時期に適切に繰下げ受給ができるように、66歳から74歳までの間、毎年、誕生月にあわせて『年金見込額のお知らせ』を送付します。
 - 75歳になるまでに、年金を受け取り始める時期を決めて、請求手続きを行ってください。75歳に到達される方で、老齢年金を受給されていない方には年金請求書を送付します。
- ※遺族年金・障害年金を受給されている方や、共済組合の加入期間がある方等は、送付対象外です。

厚生年金の加入期間のある65歳以上の方へ

「老齢基礎年金」または「老齢厚生年金」の請求を

お忘れではありませんか？



- 厚生年金の加入期間があり、年金を受け取る資格を満たしている方は、65歳から「老齢基礎年金」と「老齢厚生年金」の2種類の年金を受け取ることができます。
- 「老齢基礎年金だけ」または「老齢厚生年金だけ」を受け取っている方は、受け取っていない年金の請求手続きを行う必要があります。
- 片方の年金の受け取り開始を繰下げている方は、75歳になるまでに年金の請求を行ってください。

日本年金機構ホームページ www.nenkin.go.jp/

国民年金に関するお問い合わせは、税務保険課、または最寄りの年金事務所まで。

奈良年金事務所

奈良市芝辻町4-9-4
☎0742-35-1371(代)

大和高田年金事務所

大和高田市幸町5-11
☎0745-22-3531(代)

桜井年金事務所

桜井市大字谷88-1
☎0744-42-0033(代)

あなたの水道 防寒大丈夫ですか？

冬の訪れとともに、これから是一段と寒さが厳しくなります。水道管が凍って水が出なくなったり、破裂するという被害がでる季節となりました。冬じたくとともに、水道管にも細かな気配りをお願いします。

夜の冷え込みに注意

気温がマイナス4度以下になると、防寒の不完全な水道管は、凍ったり破裂したりします。特に多いのは次のようなところですよ。早めに本格的な冬に備えましょう。

①水道管がむき出しになっているところ ②水道管が北向きのところ ③風当たりの強いところ

防寒の仕方

毛布や布など保温ができるものを利用し、むき出しになっている水道管を包んでその上からビニールを巻きつけて、毛布などがぬれないようにすれば、ある程度凍結を防ぐことができます。

水道管が凍って水が出ないときの対処法

タオルをかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯をかけて溶かします。熱湯をかけると、水道管や蛇口が破裂することがありますので、ご注意ください。

水道管が破裂したときの対処法

メーターボックス内にある止水栓をしめて、水を止めてください。その後、破裂した部分に布かテープをしっかりと巻きつけて応急処置をし、水道工事業者に修理を依頼してください。

漏水にご注意

宅内（敷地内）での水道管理は、使用者が行わなければなりません。漏水がないかを定期的に調べてください。

漏水は、目に見えないところで起こることが多く、少しの漏水でも多額の料金がかかることになります。床下で漏水が起こると、柱の腐食や害虫の発生などで家屋に多大な被害を与えます。

また、漏水を放置しておくと、その地域の配水池の水が枯渇してしまうので、早急に対応をお願いします。

（例えば）水漏れの程度約 $5 \text{ m}^3/\text{h}$ （水道の蛇口を勢いよくあけた時くらい）

配水池の貯水量約 60 m^3 の場合 $60 \text{ m}^3 \div 5 \text{ m}^3/\text{h} = 12 \text{ 時間}$

よって12時間で配水池の水が枯渇することになります。

漏水の調べ方

屋内外すべての蛇口を閉めてから水道メーターを確認してください。（水洗トイレなどから水が出ていないかも確かめてください。）

メーター中央のパイロットが、少しでも動いていると漏水の可能性あります。漏水量が少しの場合、夜間など水圧の高い時間だけ漏水している場合も考えられるので、時間帯を変えながら定期的を確認してください。



漏水したとき

メーターより宅内で漏水が起こっている場合は、各家庭で水道工事業者に修理を依頼してください。宅内での漏水修理は、個人負担となります。

◎道路、水路等から水道と思われる水が漏れている場合は、地域振興課へご連絡ください。

お問い合わせ先 地域振興課（42-0441）

家屋を取り壊したら届け出を！

家屋を取り壊したとき（家屋滅失届の提出について）

住宅や倉庫などの家屋の全部または一部を取り壊したときは、手続きが必要です。必ず取り壊した年の年末までに手続きをしてください。

※固定資産税は、毎年1月1日（「賦課期日」といいます。）現在の状況で課税されます。そのため、家屋を取り壊した翌年から課税されなくなります。



1. 登記がされている家屋を取り壊した場合

法務局で建物滅失登記の申請をしてください。

（滅失登記が完了すると法務局から登記された旨が役場へ通知されますので、役場での手続きは必要ありません。）

滅失登記についての詳細は、奈良地方法務局 中和支局（0744-22-3045）にお問い合わせください。

2. 登記されていない家屋を取り壊した場合

家屋を取り壊したら、「家屋滅失届」を税務保険課へ提出してください。

家屋滅失届に基づき現地確認を行い、翌年度の課税対象から除きます。

■未登記家屋の所有者を変更した場合も税務保険課へ「未登記家屋所有者変更届」を提出してください。

適正な課税を行うためにご協力をお願いします。

お問い合わせ先 税務保険課（42-0441）

水道メーター交換のお知らせ

平素より水道事業にご理解ご協力を賜り誠にありがとうございます。

水道メーターは、水道の使用量を正確に量るため、定期的に交換する事になっておりますので、水道メーターの定期交換を実施させていただきます。

交換作業は、村が委託した指定の給水装置工事事業者が下記の期間に無料で行いますので、作業の際はご不便をおかけしますが、ご協力をお願いします。

【交換予定日】 令和7年12月1日(月)～令和8年3月31日(火)

【交換箇所】 日裏、木津、平野地域他

【交換事業者】 富本水道工業所 TEL：42-0255
戸浦電機 TEL：42-0421
坊井工業株式会社 TEL：42-0394



《交換時のお願い》

※交換費用は無料です。

※メーター交換作業の際は、敷地内に入らせていただきます。なお、業者が一旦お断りをしてから作業に着手することとしておりますが、留守の場合は、誠に恐縮に存じますが敷地内に入り交換をさせていただきますのでご了承ください。

※メーターボックスの上に物を置かれたり、犬が近くに繋いでありますと交換作業の支障となりますので、ご協力をお願いいたします。

※水道メーターの交換作業は、20分程度断水をして行います。交換作業は、細心の注意を払って行いますが、まれに空気が入ることや若干の濁りが発生する場合があります。交換作業後、水のご使用前に蛇口を開けて、水道管内の空気や水を排出してください。

※交換済の世帯には「水道メーター交換終了のお知らせ」を投函します。

※「最近メーターを設置した」「故障で新しく取り替えた」など、交換時期がきていないメーターは交換いたしません。

※ご不明な点等がございましたら、役場地域振興課までお問い合わせください。

地域振興課 TEL 42-0441

クマ（ツキノワグマ）の出没に注意してください

○最近村内及び近隣市町村でクマ（ツキノワグマ）の目撃情報が多発しています。

○被害に遭わないためにも次のことに十分注意してください。

- ・外出の時はクマ鈴やラジオなど、音の出るものを携帯し自分の存在を知らせましょう。
また、目撃、出没情報のあったところには出来るだけ近づかないようにしましょう。
- ・家の周囲や屋外には、エサとなる生ゴミや野菜、果実の廃棄農作物等は放置しないようにしましょう。

○クマに出会ってしまったら次の事に気をつけて、慌てずに行動してください。

（「豊かな森の生活者 クマと共存するために」より抜粋）

・距離が離れていた場合（クマがこちらに気付いていない）

→ゆっくりと静かに立ち去る

・比較的距離が近い場合（50m程度）

→両腕を振りこちらの存在をクマに知らせ、クマから目を離さずにゆっくりと静かに後退する。森林内であれば万が一の突進に備えてクマとの間に障害物がくるようにする。



・距離が近い場合（20m程度）

→クマがパニックになり突発的な攻撃をする可能性があるため、刺激しないことが大切です。
走ったり大声を出したりせず、クマから目を離さずにゆっくりと静かに後退する。

・クマが突進してきたら（威嚇突進）

→威嚇突進の場合は、途中で止まり後退することが多い。落ち着いてクマとの間に障害物がくるようにゆっくりと後退する。

・クマが突進してきたら（本当の攻撃）

→クマスプレーを目や鼻にめがけて噴射する。クマスプレーがない場合は、防御姿勢（両腕で顔や頭をガード）をとる。

クマを目撃された方は、役場または桜井警察宇陀警察庁舎までご連絡ください。

連絡先 東吉野村役場

42-0441

桜井警察宇陀警察庁舎

0745-82-0110