

あったかいお部屋でウクレレを演奏しよう

1月に引き続き、2回目のウクレレの練習をします。
簡単なコードでよく知っている歌を演奏します。
ウクレレなら弾けるかな～？みんなで弾いたら弾けちゃった♪
そんなノリで楽しく遊んでみましょう。
ちょこっとだけ参加也大歓迎です！ (文：大人の学び世話役 足立さん)

日時 2月17日(火)13時30分～14時30分

持ち物 ウクレレ(ない方は貸出します)



ドリームキャッチャーを作ってみよう



「麻や綿のひも、可愛いリボンテープ、羽根を飾って自分だけのドリームキャッチャーを作ろう」ドリームキャッチャーとはアメリカ先住民族のお守りです。クモの巣状の網で、悪い夢を捕まえ良い夢を伝えるという魔除けです。

お部屋のインテリアにいかがですか。わいわい楽しく作りましょう

(文：大人の学び世話役 足立さん)

日時 2月18日(水) 13時30分～15時30分 定員 5名

参加費 ¥1000(材料費)

断熱ワークショップ成果報告会のお知らせ

奈良女子大学と村が連携して、地域活動拠点として活用されている旧四郷小学校では、活動に使われている教室の冬の寒さが課題となっていました。

そこで、奈良県地球温暖化防止活動推進センターのモデル事業(環境省補助事業)として、専門家の協力を得て、床と窓の断熱リフォームをワークショップ形式で実施しました。

どんなふうに行われたのか？どんな成果があったのか？をお伝えします。是非ご参加ください。

断熱ワークショップ参加申込みはこちらから



日時 2月14日(土)

13時～16時

コボちゃんのおすすめの一冊

『聖の青春』大崎善生(講談社)

本書は、将棋棋士・村山聖(むらやま さとし)九段の、短くも激しく燃え尽きた人生を描いたノンフィクションである。

村山聖は、羽生善治永世七冠と同世代の「羽生世代」とばれた4人の一人。「東の羽生、西の村山」と称され、将棋界の頂点を争う存在として注目された。

5歳でネフローゼ症候群を発症し、入院院を繰り返す幼少期を過ごす。病院で父に教えられた将棋に魅了され、小学生で奨励会に入会、プロ棋士の道を歩み始めた。

その後も難病に加え膀胱がん和闘いながら、昇級。最終的にがんの再発・転移により、29歳という若さでその生涯を閉じる。命を削りながらも、ただ将棋の高みを目指し続けたその姿。目標に向けた情熱、挑戦、努力、そして完全燃焼とも言える生き方は、読む者の胸を強く打つ。

76歳になる今も、私は「これだ」と言えるほど完全燃焼できるものを見つけられず、努力も足りないまま、どこか情性的に生きてきた自分の来し方を振り返ってしまう。村山聖九段の生き方は、あまりにも眩しく、そして痛いほどに自分を照らす存在である。

(文：ひよしカレッジ四郷会長 吉野さん)



【国宝(上下巻)の感想】

面白くて引き付けられるように一気に読みました。映画もすぐ観てきました。原作を読んであったので内容がよくわかり、演出・展開が素晴らしく釘付けとなりました。

狭戸在住 辻由美子さん



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

絵本と音楽がコラボしたXmas会

12月24日に図書室でクリスマス会を行いました。たくさんの方に参加していただき、とても楽しいクリスマス会となりました。

今回、初めてピアノ伴奏付きで、絵本の読み聞かせや紙芝居をしました。

なかでも、『いっきょくいきます』の絵本には、童謡や多くの懐かしい昭和の歌詞が出てきており、皆で手拍子をしたり歌ったりしました。また、地域の方の飛び入り参加にはビックリ！？英語の歌を披露してくださいました。最後には、ピアノの生演奏に拍手喝采となりました。

この新しい試みにご協力頂いたスタッフや出演者の皆さんのおかげでステキなクリスマス会になりました。ありがとうございました。

（文：図書室世話役 網谷さん）



参加者
からひとこと

もう少し
読んで
欲しかった

ピアノの演奏
もっと
聴きたかった

楽しかったー
また来たいわ

みんな来てね！

ひよカレ図書室のご利用案内

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）

※閉室時は四郷小玄関前またはカメヤ横の返却boxをご利用ください

2月のひよカレ図書室開室

4日(水)、11日(水祝)、18日(水)、25日(水)

活動やイベントのお申し込み、お問い合わせは小川（090-1791-7332）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

アーティストから

ファシリテーターへ

— 内なる風景を描く
ダグラス ディアス

地域おこし協力隊として3年目を迎え、私の役割が再び変化していることを実感しています。ここ数か月で、私は「アーティスト」である以上に「ファシリテーター」としての立場に立つようになりました。人々が自分自身の創造性を掘り起こし、世界の新しい見方を発見し、そして新たな可能性に心を開く手助けをしています。

これまで、小にある私のスタジオやオーストラリアにて、絵画のワークショップを開催してきました。オーストラリアでのワークショップでは新たなアイデアを発展させることができ、それを東吉野で、

日本全国及び海外から集まった学生たちと実践しました。これらのワークショップでは、ロシア、中国、ベトナムなど、さ

まざまな国籍の学生が参加した奈良女子大学のサマープログラムと連携しました。また、坂本大祐氏が立ち上げた取り組みである「Live Design」とも協働し、35名の参加者とともに、内面的な成長や自然との関係性をテーマに絵を描き、探究するワークショップを実施しました。さらに、カマチヨ・アンドレス氏の依頼により、メキシコからの旅行者2名を対象とした、少人数で親密なワークショップも行いました。

これらのプログラムの主な目的は、人々をアーティストに育てることではなく、自分の内面世界を探求し、心の奥深くに隠れているものを表現するための「道具」を提供することにあります。シンプルな指示と最低限の画材を用いることで、参加者は自分の周囲の環境や自分自身を、これまでとは異なる視点から見つめ直すことを学びます。ワークショップの成果は二つあります。一つは完成した作品そのもの、そしてもう一つは、自分自身の捉え方を変化させる新たな感受性です。

これらのワークショップに参加してくださったすべての方々、そして実現に向け

を支えてくださった皆さまに、心より感謝しています。近い将来、村の皆さんにも広く参加していただける機会を開いていけたらと願っています。



文藝

ひがしよしの



令和七年十二月二十三日青嶺俳句会から

水野露草 選評

◆特選の部

雨となる日和申しの紅葉狩

池垣 照美

評

十一月の句会は、隣村川上村を吟行した。
当日は、生憎の雨模様の中での紅葉狩となつた。

掲句の「日和申し」とは、日和となるように神に祈ることである。

雨とはなつたが、紅葉を詠む思い思いの秀句に感銘を受けた一日となった。

句ひ誉め煙を称へ菊焚けり

池田美砂子

評

掲句は、菊の花の花期が終わり、枯れた菊を集めて焚火をしている様子を活写している。

焚火を囲んでいる人達が、口々にその句いを誉めたり、煙を称えている様が目に浮かんでくる佳句である。

冬眠を忘れし熊が道歩く

松久保久永

評

昨今の熊の人への被害の報道に心が痛む。

本村でも熊を見たとの知らせを聞くと、他人事ではない気がする。

山々が常緑樹化し、熊の生態系が変化していることも一因と思われる。

何とか共存出来る施策があればとも思う。

◆準特選の部

神さぶの杜に落葉の時雨かな

辻 佐和子

其処此処から吹き抜け来たる隙間風
ばつたりと辻に出合へり雪ばんば

松谷 忠則
前田 景子

◆佳作の部

極月や追はるるやうに日の過ぎて

伊藤志津子

喪の知らせ鳥も騒がぬ霜の朝
川上のダム底見えて草紅葉

宮下 俊二
池垣 昭美

休ん場を望み川音の時雨かな
身の縮まる初冠雪に光さし

足立 昌宏
池田美砂子

日の色となりて切干句ひ初む
冬霧の白屋見下ろす杜かな

辻 佐和子
宮崎 利一

初雪をひとりじめせり高見山
かさかさ音鳴り止まぬ大枯野

松谷 忠則
宮崎 成子

あれやこれややこしい事年の暮
熊出沒の報道を聞く年の暮

川村 貞子
前田 景子

枯野原ここは古代の狩場跡
背戸開けて行つてきますと息白し

松久保久永

◆入選の部

追憶のひとつ師走の八日かな

伊藤志津子

日当りの窓辺に座して冬うらら
山門を出て振り返る山は雪

伊藤志津子
宮下 俊二

湯豆腐や窓を揺さ振る風の音
風立ちて霧押し寄するダムの上

池垣 昭美
濱田貴美子

酒杜氏の前掛けきりり今朝の冬
山の講終へて二次会三次会

濱田貴美子
足立 昌宏

初雪の音もたてずに別世界
年の瀬に家族総出の大掃除

足立 昌宏
池田美砂子

鹿鳴けり流れ動かぬ吉野川
休ん場を指呼に大根干しゐたり

池田美砂子
辻 佐和子

短日の青空まぶし風の中
露天風呂首まで浸かり山眠る

宮崎 利一
宮崎 利一

炉を囲み井戸端会議時忘れ
散り敷きて落葉明りの華やける

松谷 忠則
宮崎 成子

明るさも暗さもありて年惜しむ
隠れたる鴨一斉に舞ひ上がる

宮崎 成子
川村 貞子

歩き歩きて雲ひとつなき小春かな
一艘の釣舟を出す小春かな

川村 貞子
前田 景子

熱燗を酌する指の熱きこと

松久保久永

一般投句（短歌）

カラフルなりユック背負ひて若きらが

浦田由美子

白き息はき朝の町行く
今に残る峡の明治の廃校舎

浦田由美子
浦田由美子

冬の水車はゆつくり廻る
花咲けば帰省予定とライン来る

浦田由美子
浦田由美子

台高山嶺雪頂きぬ
御重より飛び出す海老の心意気

浦田由美子
福井メイ子

魁ける白馬の姿にも
行きつけの情緒あふるるコーヒード

福井メイ子
福井メイ子

貴方に見せたくスマホ叩く
本読みて映画観たらん「国宝」に

福井メイ子
辻 由美子

心奪われ釘付けとなり
何者か畑に無数の足跡が

辻 由美子
辻 由美子

玉ねぎ苗無残な姿に

辻 由美子

何者か畑に無数の足跡が

辻 由美子

玉ねぎ苗無残な姿に

辻 由美子

何者か畑に無数の足跡が

辻 由美子

玉ねぎ苗無残な姿に

辻 由美子



風花



どっぶり

山里暮らし絵日記

289

平野在住
宮崎利一

日本には古来「風花」という晴天に散らつく雪の事をあらわす美しい言葉がある。

誰が創ったのかは知らないが、雪を花にたとえる想像力は流石である。

我が住まいの眼前に広がる景色の中に、悠然と構える雪をかぶった高見山がそびえている。

手前の山並みの緑に対して、雪をかぶった高見山は何とも言えず美しい。今、カラスが鳴きながら、通り過ぎた。村は静かだから良く聞こえる。

こんな景色を毎日見ながら過ごす生活のなんと贅沢な事かと、今さらにして思う。

いまにも雪が散らつく雲行きだが、晴天じゃないから「風花」にならない。残念だ。でも雀がびーちく騒いでいるから晴れるかもしれない。

でもなんて静かなんだろう。耳鳴りがするくらい音がしない。

無音という名の音しかない。ストープの音が時々ぶつぶつ言っているが、双眼鏡で高見山の頂上を見ていると、登山客の姿は見えない。雪で登れないのかもしれない。

我が家の前の高見山は、姿があまりよろしくない。南から見るとなんて美しいんだろうと時々思う。

「風花」がテーマだったのに雪は散らつかないし、晴れもしないし、日頃の行いが悪いのかもしれない。残念だ。

ゆず剪定講習 徳島県より講師来村！第2弾！

10月にお越しいただいた、徳島県清水農園の清水 昇氏が剪定講習のため、現地巡回してくださることになりました。この機会にしか知り得ないことがあると思います！木によって、場所によって違う仕立て方法を学べるいいチャンスだと思いますので、ぜひお申込みください！

■日程 3月13日(金) 9:30~16:30
14日(土) 9:00~12:00

■定員 10名程度

■お申し込み 地域振興課(42-0441)までご連絡ください。



◆国民年金のお知らせ◆

**国民年金保険料を社会保険料控除として申告する際は
「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」等の
添付をお忘れなく！**

国民年金保険料は、納付した全額が所得税・村民税等の社会保険料控除の対象となります。国民年金保険料を社会保険料控除として申告する際は、一年間に納付した国民年金保険料額を証明する書類を添付しなければなりません。

このため、生命保険会社等から送付される控除証明書と同様に、一年間に納付した国民年金保険料の額を証明する「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が、日本年金機構本部から昨年の11月上旬に送付されています。年の途中から国民年金に加入した場合などで、昨年10月1日以降に初めて保険料を納付した方については、本年の2月上旬に同様の証明書が送付されます。確定申告等の手続きの際に、国民年金保険料を社会保険料控除として申告する場合には、必ずこの証明書や領収証書が必要となりますので、申告を行うまで大切に保管してください。

また、ご本人の保険料だけでなく、配偶者やご家族の保険料を納付した場合も、その納付額の全額が納付した方の控除対象となりますので、このような場合は、確定申告の手続きの際にご自身の保険料の額と合算して申告できます。(その際にはご家族分の証明書も一緒に添付する必要があります。)

税法上とても有利な国民年金は、老後はもちろん不慮の事故など万一のときにも心強い味方です。そのためにも保険料は納め忘れのないようにきちんと納めましょう。

令和7年度社会保険料（国民年金保険料）控除証明書【見本】

令和7年度社会保険料(国民年金保険料)控除証明書 2月発送用

[illegible]

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)

自衛官募集のお知らせ



- 1 応募資格 18歳以上33歳未満 ※採用予定月の末日現在
- 2 受付締切 2月試験 2月9日（月）まで
3月試験 2月20日（金）まで
- 3 試験 【筆記試験、適性検査】
（2月試験） 2月12日～13日のいずれか1日（WEB試験）
（3月試験） 3月2日～4日のいずれか1日（WEB試験）
【口述試験、身体検査】
（2月試験） 2月14日（土）
（3月試験） 3月5日（木）

《予告》～R8 予備自衛官補試験のお知らせ～

予備自衛官補とは？…一般の社会人や学生といった自衛官未経験の方が、所定の教育訓練を終了後に「予備自衛官」となる制度です。

予備自衛官とは？…普段、それぞれの職業に従事しながら予備自衛官として必要な知識・技能を維持するために定期的に訓練を受け、有事の際には自衛官となって後方の警備や後方支援、又は国民の保護のための措置に従事します。

『いざ！』というときに活躍できる、予備自衛官にチャレンジしてみませんか？

【試験受付】 1月22日（木）～3月30日（月）

【試験日程】 4月1日（水）～4月19日（日）のうち、指定する1日

【採用年齢】 一般：18歳以上52歳未満 技能：18歳以上で保有している技能に応じ53歳～55歳未満

詳細についてはHP、または自衛隊奈良地方協力本部五條地域事務所へお問い合わせください。

※試験日程については、変更になる場合がございます。詳しくはお問い合わせください。

お問い合わせ先 自衛隊奈良地方協力本部五條地域事務所 TEL 0747-22-3789

奈良県広域消防組合「消防フェス2026」を開催します！！

消防車両の分列行進や展示、はしご車の搭乗体験（抽選）、救急戦隊タスケルンジャーショー、組合マスコット「まほろ隊長」と市町村キャラクターとの記念撮影など、楽しく学べる企画が盛りだくさんです。ご家族そろってぜひご来場ください。



○開催日時 3月14日（土）10時00分～15時00分

○開催場所 橿原運動公園 まほろば広場 他（橿原市雲梯町323-2）

○アクセス 近鉄南大阪線「坊城駅」徒歩約10分

※イベント開催時には周辺道路の渋滞が予想されます。また、駐車台数にも限りがありますので、ご来場の際は公共交通機関をご利用下さい。

詳しくは、組合のホームページをご覧ください。

URL：<http://www.naraksk119.jp/>（「消防フェス2026」開催記事のQRコード）⇒

※組合公式Instagramでも情報発信中！



○お問い合わせ先 奈良県広域消防組合 消防本部総務部総務課 「消防フェス2026」担当
TEL 0744-26-0119