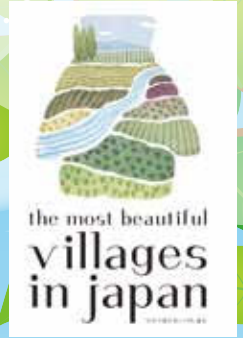


# 曾爾

広報そに

# 3

2024年  
(令和6年)  
No.629



## 令和6年の大字総代を紹介します

住民と行政のパイプ役として、本年1月から  
ご尽力いただいております。  
各大字の総代を紹介します。(敬称略)



前列左から [今井] 河合 和巳 [掛] 村井 悟 (副会長) [山 粕] 徳田 守 (会長) [塩井] 中河 誠  
後列左から [太良路] 北谷 修一 [長野] 寺脇 徹 [小長尾] 仲子 勝明 [葛] 吉村 章 [伊賀見] 田平 育雄

議会だより ..... P2

むらの話題 ..... P2

- ・広報「曾爾」縮刷版を発刊しました！
- ・「社会を明るくする運動」作文入賞者
- ・曾爾高原温泉お亀の湯 300万人達成しました！
- ・男性の料理教室を開催しました！
- ・保育園 ほか

お知らせ ..... P8

三重交通バスの発車時刻が変更になります／自衛官を募集します／  
楽しく英会話にチャレンジ／曾爾村観光名所の写真提供のお願い／  
SUMMIT LETTER／曾爾村福祉奨学金（入学一時金制度）のお知らせ／  
国民年金保険料の学生納付特例制度について／  
戸籍の証明書の請求が便利になります！／  
軽自動車の廃車・名義変更の手続きは3月末までに!! ほか

みんなの広場 ..... P20

# 議会だより

■第1回定例会に向けセミナーに参加  
2月2日（金）、3月議会に向けて議題となる条例の制定や改正に関する議案のチェックポイント」をオンラインで受講しました。

セミナーでは、条例に関わる議会の役割から、法律適合性・平等・比例原則・明確性など、条例を制定するために必要な基準が整っているかなど、過去の判例を交えて法務監(弁護士)に説明いただきました。

## ■三村議会正副議長会 議員視察研修会



2月6日（火）、山添村・御杖村・曾爾村の三村議会で川上村の「かわかみらいふ」の取り組みを視察研修しました。

2018年に発表された将来推計人口ランキングにおいて、人口減少が最も大きい自治体として公表された川上村で、「気づき」から始まった地域活性化や少子高齢化などの社会的課題への取り組みを継続的な事業として進めていくため「かわかみらいふ」を設立。移動スーパードクターや看護師・歯科衛生士の巡回診療、生協の宅配などを展開することにより、人口減少を緩やかにし、今では地域の自立的発展と雇用創出に大きな役割を果たしています。

採算が困難な事業であっても住民福祉として行政が一定の財政支出を行うなど、村民のニーズを把握した

取り組みを行政と議会が良しと認めた事例で、全国から注目されています。

視察研修では、この取り組みの詳細を説明いただきました。

## ■議会傍聴のお知らせ

第1回曾爾村議会定例会の開催日が決まりました。

### ○本会議

3月7日（木）午前9時30分開会  
(議案上程)

3月14日（木）午前9時30分開会  
(一般質問、追加議案上程)

3月22日（金）午後1時30分開会  
(質疑、討論、採決)

### ○常任委員会（上程議案審議）

3月12日（火）午前9時30分開会  
(予備日13日(水)午後1時30分開会)

本会議や常任委員会・特別委員会  
は一般に公開され、個人でも団体でも自由に傍聴できます。傍聴は、議会活動に触れる最も身近な方法でもあります。議員の活動や村政の方針などを実地に見聞できる議会の傍聴をお勧めします。

傍聴にあたっては、会議当日に議場傍聴席入り口にある傍聴人受付簿に住所・氏名・年齢をご記入していただくだけで傍聴していただけます。

## むらの話題

### 広報「曾爾」縮刷版を発刊しました！

広報「曾爾」縮刷版は、過去に発行した広報誌を手軽に見やすく読めるように編集したもので、現在までに1巻～9巻が発刊されています。

今回、広報「曾爾」460号～510号（平成22年1月号～平成26年3月号）を第10巻、511号～554号（平成26年4月号～平成29年12月号）を第11巻として新たに発刊しました。完成次第、3月上旬頃より順次発送します。（曾爾村に住民登録があり、役場からの配布物を受け取っている世帯が対象です。）

なお、作成経費はふるさと納税の寄附金を原資とした「ふるさと曾爾村元氣推進基金」を活用しています。



曾爾村役場 総務課

## 「社会を明るくする運動」作文入賞者

第73回「社会を明るくする運動」奈良県推進委員会主催の小・中学生を対象に募集した作文コンテストの表彰式が1月30日（火）に曾爾村役場で行われました。

応募作品の中から、曾爾小中学校の9年井上諒亮さんに村長表彰、8年梶田知輝さんと8年小西博之さんに教育長表彰が贈られました。



ゆ

## 曾爾高原温泉お亀の湯 利用者様累計300万人達成しました！

1月30日（火）、ついにお亀の湯の来館者数が300万人を突破しました。300万人目は午前11時35分に来館された、橿原市からお越しの布川さんです。同日に記念セレモニーを行い、お二人には花束や記念品がプレゼントされました。

お亀の湯は今年で開業20年目。20年で300万人を突破するのは温泉施設としては大変早いとのこと、常務理事の小林文男さんは「お亀の湯の泉質は関西でも抜群に高く、評価されていることを改めて実感しています。今後は曾爾村の「宝」と思い全従業員で大切に末永く守っていきたい。」と喜びを語られました。



## 男性の料理教室を開催しました！



2月に男性の料理教室を3回開催しました。今年は8名の方がご参加くださいました！昨年はコロナ禍のため作った料理をお弁当にして持ち帰ってもらっていましたが、今年はみんなで一緒に食えることができました。この教室は食の自立を目的としており、食育推進員さんにお手伝いしていただきながら、みなさん和気あいあいと料理されていました。来年度も実施予定ですので、興味がある方はぜひご参加くださいね。

曾爾村役場 保健福祉課



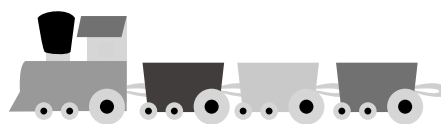
### 【写真のメニュー】

- ・ 鮭のちゃんちゃん焼き
- ・ 小松菜と豆腐のお吸い物
- ・ 大根とツナの和風サラダ
- ・ りんご



# 保育園

## 保育参観



2月2日(金)に、保育参観がありました。0, 1, 2歳児は、親子でふれあい遊びをしたり、日頃の生活の様子をまとめたDVDを一緒にみたりして、親子でゆったりと過ごしました。3, 4, 5歳児は、和太鼓や合奏、劇遊びなどミニ発表会を開き、みてもらいました。これからも頑張る気持ちを大切に、何事にも挑戦してほしいです。

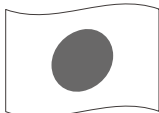


曾爾小中学校

2月6日(火)

園児体験入学 (1~2年生、5年生)

4月から入学する新1年生に学校に少しでも慣れてもらおうと、体験入学をしました。1、2年生が園児と楽しめるような活動を計画して、司会や進行も務めました。「だるまさんが転んだ」や「鬼ごっこ」をして一緒に楽しみました。給食は5年生と一緒に食べました。5年生が積極的に園児の片付けを手伝いました。4月からの入学が楽しみです。



1月24日(水)

台湾の小中学生との交流会



台湾宜蘭縣內城國民中小學校 (タイワンギランケンナイジョウコクミンチュウショウガッコウ) の児童生徒15名と曾爾小中学校の児童生徒が交流会を持ちました。体育館で歓迎のセレモニーをした後、5年生、6年生、8年生の授業に入って交流を深めました。

言葉が十分に通じなくても、短い時間で打ち解けて楽しく過ごすことができました。



# 図書館だより



利用案内

- 貸出冊数
  - ・本 / 3冊まで
  - ・DVD / 2点まで
- 貸出期間
  - ・2週間

令和6年3月 村営図書館 カレンダー

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

## 次回のおはなし会のお知らせ

日時：3月6日(水) 10時～  
場所：曾爾村立曾爾保育園  
(遊戯室)

### 「その本は」 著者：又吉直樹・ヨシタケシンスケ

世界のめずらしい本を探し、その本の話聞かせるよう王様に命じられたふたりの男。

ふたりは旅に出て探してきた、さまざまなめずらしい本の話、一夜ごと王様に語り始める。

お笑い芸人で芥川賞作家の又吉直樹と大人気の絵本作家ヨシタケシンスケによる、抱腹絶倒・感涙必須の本の旅！

小説を読むことに抵抗がある方におすすめ！！



### 「ぼくたちにもうモノは必要ない」 著者：佐々木 典士

持ちモノを自分に必要な最小限にする「ミニマリスト」という生き方。

最小限にしたからこそ、見えてくる本当の豊かさがある。

終わりのないモノへの追求から一度思いっきり距離をとってみると、これはもう一度「幸せ」について考えるきっかけになるのではないのでしょうか？



### 『ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 ～型ぬき人魚グミ～』

小学生を中心に世代を超えて人気の「ふしぎ駄菓子屋 銭天堂」のDVDを入荷いたしました。全10話収録！！



### ☆郷土資料寄贈のお願い

村営図書館では図書館法の趣旨に基づいて、下記のような郷土資料の収集に努めています。郷土資料は時間の経過とともに入手が困難となります。村民の皆様には、貴重な郷土資料を後世に伝えていくためにも郷土資料の収集にご協力をお願いいたします。

- 曾爾村の歴史・地理・伝統文化について書かれたもの
- 曾爾村の人物・団体について書かれたもの
- 昔のくらしがわかる写真など

※郷土資料にご協力いただける皆様につきましては、事前に必ず教育委員会までご連絡、ご相談くださいますようお願いいたします。



村営図書館

〒633-1214 曾爾村大字長野62番地 ☎ 0745-94-2104  
開館時間 / 午前9時～午後5時 休館日 / 日曜日・祝日





# そにのわ便り



「そにのわ便り」では、曾爾村の四季折々の農林業の様子や農林業公社の取り組みを広報曾爾で随時お伝えしていきます。

【お問い合わせ】曾爾村農林業公社 ☎0745-96-2112

## 学校給食 × 曾爾産農産物活用促進の取り組み

～曾爾小中学校の児童生徒と村内生産者が給食を食べながら交流しました！～

2月2日、曾爾村産の地場野菜や加工品を使った学校給食が曾爾小中学校で提供され、生産者と児童生徒が交流しました。

今回の給食は、「観光客や売り先だけでなく、地域の子供たちにも味わってほしい」という村内生産者の声と、「曾爾村の水で作られた野菜や加工品は何を食べても本当に美味しく、もっと地場産のものを使っていきたい」という東宇陀学校給食センターの今澤裕子栄養教諭との思いに曾爾小中学校の先生方からもご賛同いただき、実現しました。



2月2日の給食は節分メニュー。イワシのハンバーグ、山下さん（屋号：種の実）が有機栽培で育てたほうれん草で調理されたお浸し、あゆみ会の「おかめみそ」を使用した鬼除け汁などが出されました。



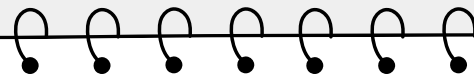
「給食の野菜が美味しかったと将来振り返ってもらえるようなものを作っていくたい」  
種の実 山下さん



「子供たちに食べてもらえて嬉しい。味噌を待っていている村内家庭も多く、まだまだやめられない」  
あゆみ会 細谷さん



「様々な質問が飛んできて楽しかった。美味しい野菜を食べてもらえるようこれからも頑張りたい」  
燦々ファーム 平島さん



これまでも学校給食での曾爾産農産物の提供はありましたが、生産者との交流はまだまだ少なかったため、貴重な機会となりました。今後も多種多様な品目を使用しただけよう、公社も生産者と給食センターを繋ぐ架け橋として機能していけたらと思います。



## そにのわ便り



「そにのわ便り」では、曾爾村の四季折々の農林業の様子や農林業公社の取り組みを広報曾爾で随時お伝えしていきます。

【お問い合わせ】曾爾村農林業公社 ☎0745-96-2112

# 日本最古の柑橘・大和橘を育ててみませんか？

## <苗木を予約販売します！>

### 【大和橘とは】

かつて日本に自生していた直径3センチ程の小さな実をつける日本固有の柑橘の原種です。

現在準絶滅危惧種に指定されている橘は古事記や万葉集にも登場するほど古くから存在し、不老長寿の妙薬として記録されています。1年中良い香りを放ち、純白の花を咲かせます。実や葉は目が覚めるほどの清々しい香りがします。現在市場に出回っている一般的なみかんと比べるとほのかな苦味がありますが、その薬効成分の高さから再び注目が集り、食品や酒、化粧品の原料としての需要も高まっています。

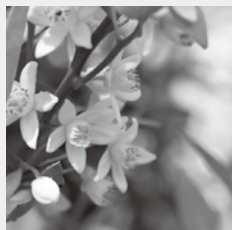
「心身健美」「農地・景観保護」を掲げる公社としても奈良に馴染みが深く人々の内側からの健康に寄与し、景観にも賑わいをプラスしてくれる橘をより身近なものにさせていただきたく、橘を後世に繋ごうと精力的に活動されている「なら橘プロジェクト」を通して苗を手配させていただきます。



### 【大和橘の機能成分】

温州みかんの20倍のノビレチン、40倍のタンゲレチンが含まれています！

ノビレチン……血糖値上昇の抑制、発がん抑制、認知症予防や治療に効果のある成分  
タンゲレチン……抗酸化作用、抗炎症作用、コレステロール抑制作用が期待できる成分



写真提供：  
なら橘プロジェクト

### 【販売する苗木について】

奈良にある廣瀬大社の2,000年前からの神木『大和橘』の穂木を接ぎ木した苗木と、その種から育った実生苗の2種類あります。

①接木苗……4,000円（2年生）翌年に花が咲き、翌々年に実をつける

②実生苗……1,000円（3年生）実がつくまで数年かかるが、香りは格別

※完全予約制・先着順 ※本数に限りがあるため、提供本数は調整させていただきます。ご希望本数をお伝えください。

※鹿柵のある場所に植えていただける方・肥料を与えてくださる方を優先させていただきます。

※冬期は寒冷紗を被覆することをおすすめします。

### 【予約受付期間・受け渡し】

申請期間…3月31日締切（先着順・手配数に達し次第受付終了）

受け渡し…4月中旬頃 曾爾村地域総合センター2階の農林業公社事務室を予定

（予約完了された方に別途ご連絡します）

【予約・お問い合わせ】一般社団法人曾爾村農林業公社 ☎0745-96-2112

## 三重交通バスの発車時刻が変更になります

お知らせ

三重交通バスの発車時刻が、令和6年4月1日（月）から変更になります。

●山粕西 発 ※平日（変更前）6：22  
（変更後）6：52



詳細は、三重交通のホームページをご確認ください。



## 楽しく英会話にチャレンジ

曾爾村教育委員会では、子どもも大人も気軽に楽しく英会話にチャレンジしていただくために、4月から参加者を募集し「英会話教室」を開催します。円滑に教室を運営するため、子ども教室・大人教室ともに定員を10名とさせていただきます。

英会話教室は、英語で話すことを基本に少しでも英語に親しんでいただくことを目的としています。初めての方も安心してご参加ください。

【開催日】毎月第2週・第4週の火曜日

【場所】曾爾村地域総合センター

【対象者】子どもは1年生以上～9年生まで（保護者も一緒に参加できます）  
大人は高校生以上～

【時間】子ども英会話教室（定員10名）午後6時～6時45分  
大人英会話教室（定員10名）午後7時～7時45分

【参加費】無料

【募集期間】令和6年3月1日～3月29日



### 英会話教室の様子



アルファベットかるた



すごろく



質問タイム

【応募・お問い合わせ先】曾爾村教育委員会事務局 ☎0745-94-2104  
来庁での応募も受け付けております。

## 曾爾村観光名所の写真提供のお願い

そののわGLOCALではパンフレット、SNS等に使用させて頂ける曾爾村観光名所の写真提供をお願いします。四季は問いません。

提供にあたっては、以下の条件に承諾頂ける方のみとさせていただきます。

### 【ご提供についての確認事項】

- ◎無料でご提供頂ける方
- ◎パンフレット、SNS、その他資料などに無料にて使用可能な方
- ◎掲載にあたり多少の加工等に問題がない方（文字を追加するなど）
- ◎掲載にあたりお名前などの記載要望がない方
- ◎人物が写っている場合（肖像権が発生するもの）は、肖像権をお持ちの方全ての掲載承認を得られているもの

※著作権は提供者様にございます。

万が一、禁止区域などで撮影された場合の責任は負いかねますのであらかじめご承知ください。

### 【ご提供方法】

データでご提供ください。（携帯電話でのお写真も可。送付方法が不明の場合はご連絡下さい。）

メールアドレス：[info@soniexperience.jp](mailto:info@soniexperience.jp) 宛に写真を貼付、件名に「曾爾村観光名所提供」と記載ください。また、弊社よりご連絡させて頂く場合がございますのでご連絡先（お名前、ご住所、電話番号）を記載してください。

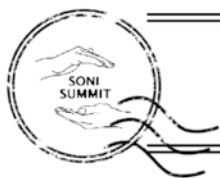
受付期間終了日：2025年3月31日まで

一年を通して曾爾村の四季のお写真をお待ちしております。

皆様のご支援とご協力を賜りますようお願いいたします。

【お問合せ先】一般社団法人 そののわGLOCAL  
電話：0745-94-2022  
受付時間：午前9時～午後5時（土日祝日 除く）  
website:<https://soniexperience.jp/>





# SUMMIT LETTER

- SONI SUMMIT からのお手紙 -

Vol.11

2024  
0301  
(Fri.)

一般社団法人SONI SUMMIT（ソニサミット）は、曾爾村で活動する地域団体です。

移住定住の支援を基軸に、すまいやしごとの紹介から、村内外をつなぐ交流の場作り、移住後のサポートまで、だれもが居心地よく暮らせる地域を目指し、「すまい」「しごと」「くらし」の3つの事業に取り組んでいます。

## くらし 移住定住パンフレットとホームページを改修しました

移住相談や移住フェアなどで移住希望者の方々に配布をしている「曾爾村移住定住パンフレット」の第2版を制作しました。

2022年3月に第1版を制作しましたが、それから約2年のあいだに、SONI SUMMITによる空き家バンクの運営開始、移住お試し住宅「結~musubi~」のオープンと運営、起業型地域おこし協力隊のサポートなど、移住定住に関わる多くの取組みが新たに始まりました。

移住定住促進に向けた制度が拡充されるなか、移住希望者のみなさまに最新の情報を伝えるべく、第2版を制作する運びとなりました。

第2版の制作にあたっては、老若男女・単身世帯・家族世帯など多様な移住希望者の要望に応えられる冊子となるよう、新たな取組みの掲載はもちろん、既存の情報も隅々まで見直し、「くらし」「すまい」「しごと」それぞれの分野で大幅なアップデートを行いました。

第2版の制作にあたり、取材や写真撮影にご協力いただいた村民のみなさま、誠にありがとうございました。

パンフレットは、曾爾村役場や曾爾村地域総合センター「地域交流スペースBENCH」をはじめ、村内の各施設に配架しておりますので、是非お手に取ってご覧くださいませ。

### ■写真撮影にご協力いただいたみなさまへ

今回の制作にあたり、400枚を超える写真を村内で撮影いたしました。写真撮影に快く応じてくださったみなさま、ありがとうございました。

なお、素敵な写真がたくさん撮れたのですが、ページの都合上、掲載できなかった写真もちらほら…。

またどこかの機会で使用させていただけたら大変有難く存じます。

（その際は事前にご連絡させていただきます！）



パンフレットの改修に合わせて  
移住定住ポータルサイトの改修も行いました！  
左記より是非ご覧くださいませ。



▲表紙・背表紙



▲「くらし」ページ

移住相談でよくご質問いただく「四季の暮らし」や「買い物事情」の内容を見直しました。



▲「すまい」ページ

移住時のすまいの選択肢が見える化。各制度を使った移住者のインタビューも追加しました。

発行元：曾爾村役場  
制作：一般社団法人SONI SUMMIT  
デザイン：山本 真由さん (MYYM DESIGN WORKS)  
写真撮影：石之 美佳さん

「すまい」「しごと」「くらし」の3つの事業に取り組んだ令和5年度の総括を、各担当者よりご報告させていただきます。令和6年度も引き続き、だれもが居心地よく暮らせる地域を目指して取り組んで参ります！

## くらし オンラインの定期イベントに新たに挑戦した1年

### ■取組み内容

- ・オンライン移住座談会を毎月1回（年11回）開催
- ・村民さんをゲストに迎えた移住体験ツアーを年4回開催
- ・移住フェア（大阪1回、東京2回）出展
- ・移住セミナー（大阪1回）開催
- ・移住定住パンフレット・ポータルサイトの改修やWEB発信



渡辺

オンライン初住座談会をはじめ、WEB媒体での発信に力を入れ、1年間で約99件の初住希望者様に曾爾の移住を知り、移住を決めた1年でした。移住相談件数は約100件。うち、約10%が初住の実現と初住予定となっております。2024年度は更なる相談件数・初住実現数のアップを目指して頑張ります!!

## すまい 空き家バンク・移住お試し住宅の運営で移住サポートの効果を発揮

### ■取組み内容

- ・空き家バンク：前年に比べ、利用登録者（移住希望者）数は横ばいですが、空き家の相談・登録数は増加し、成立数も増えました。
- ・お試し住宅：様々な用途で移住を検討している方に活用してもらいました。くらしのワークショップでは、家庭菜園・庭木の剪定・縁台づくり・干し柿づくりをテーマに開催いたしました。



南

空き家利活用の相談が増え、移住希望者に紹介できる物件が増えました。また、お試し住宅をうまく活用することで、移住を決断していただくなど、「移住を実現できる」が増えたように思います。家の改修のため、来年度以降に移入される方もいらっしゃるため、地域のことを理解していただくうえで移住していただくよう、引き続き案内していきます。

## しごと 村内就職や起業をサポートするための体制が整ってきました

### ■取組み内容

- ・昨年度から村内事業者さまの求人情報をウェブサイトに掲載しておりますが、その甲斐もあって4件ほどの就職につながりました。
- ・また、本年度から起業型地域おこし協力隊の募集や活動の支援に携わっていますが、日に日に事業が立ち上がっていく様子を見て、村に新たな活気が生まれてきていることを実感しています。



菊原

秋が深まるにつれて、先日庭の雑木を見てみると、水仙の可憐な花が咲いているのを見つけた。心が温かい。そして、その根にある梅の枝にも蕾がつか始めている。春の到来に向けた準備をしよう。春はもうすぐ!

## 曾爾村福祉奨学金（入学一時金制度）のお知らせ

村では、高校・大学等に入学が決定しており、下記の受給資格を満たす方を対象に奨学金を給付します。

### ◇曾爾村福祉奨学金制度受給資格

- 保護者が、生活保護法に規定する被保護者、生活保護法に基づく保護の停止または廃止、村民税の非課税または減免、児童扶養手当の支給、前年の収入額が生活保護法による一般生活費認定基準額の1.3倍以下のいずれかに該当していること。
- 保護者が2年前から引き続き村内居住かつ住民登録されていること。
- 学習状態が良好なこと。
- 当該世帯において納入義務を負う村税等を滞納していないこと。

### ◇受給額

[高等学校・高等専門学校・専修学校]  
(通信による教育の課程を除く学校) 6万円  
[大学] (通信による教育の課程を除く学校) 10万円

### ◇申請締切日

令和6年4月3日(水)

### ◇申請方法等 曾爾村教育委員会事務局へお問い合わせください。

**【お問い合わせ】曾爾村役場 教育委員会事務局 ☎0745-94-2104**

## 国民年金保険料の学生納付特例制度について

日本国内に住む20歳以上の方は、原則として毎月、国民年金保険料(令和5年度:16,520円)を納めることが義務となっています。しかし、一定の所得基準以下の学生の方は、申請により在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

### 1. 対象者

本人の所得が一定以下(※1)の学生(※2)が対象となります。なお、家族の方の所得の多寡は問いません。

#### (※1) 所得基準(申請者本人のみ)

128万円(令和2年度以前は118万円) + 扶養親族等の数 × 38万円 + 社会保険料控除等

#### (※2) 学生とは、大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、特別支援学校、専修学校及び各種学校(※3)、一部の海外大学の日本分校(※4)に在学する方で夜間・定時制課程や通信課程の方も含まれますので、ほとんどの学生の方が対象となります。

#### (※3) 各種学校

修業年限が1年以上の課程に在学している方に限ります(私立の各種学校については都道府県知事の認可を受けた学校に限られます。)

#### (※4) 海外大学の日本分校

日本国内にある海外大学の日本分校等であって、文部科学大臣が個別に指定した課程

### 2. 申請先

- 桜井年金事務所
  - 曾爾村役場の国民年金担当窓口
  - 在学中の学校等(※)
- (※) 在学中の学校等が学生納付特例の代行事務を行う許認可を受けている場合に限りです。

### 3. 必要な添付書類

- 年金手帳または基礎年金番号通知書
- 学生等であることまたは学生等であったことを証明する書類

※在学期間がわかる在学証明書(原本)または学生証(裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面も含む)の写しを添付してください。ただし、各種学校(国民年金法施行規則第77条の6第1号「学校教育法第134条第1項に規定する各種学校(修業年限が1年以上である過程に限る。)」)にあつては、修業年限が1年以上の過程に在学していることを証明する書類(在学証明書等で証明できる場合は必要ありません。)を添付してください。ただし、申請手続きを行う際に市(区)町村役場の窓口で直接これを提示する場合は添付の必要はありません。

**【お問い合わせ】桜井年金事務所 ☎0744-42-0033 / 曾爾村役場 住民生活課 ☎0745-94-2102**

## 令和6年3月1日から 戸籍の証明書の請求が便利になります！

令和6年3月1日から本籍地が遠くにある方でも、最寄りの市区町村窓口で戸籍の証明書を請求できるようになりました。欲しい戸籍の本籍地が全国各地にあっても、まとめて請求できます。ぜひご活用ください。

※窓口にお越しになった方の顔写真付きの身分証明書が必要です。

※きょうだいの戸籍証明書等は請求できません。

※コンピュータ化されていない戸籍証明書は請求できません。

【お問い合わせ】 曾爾村役場 住民生活課 ☎0745-94-2102



## 軽自動車の廃車・名義変更の手続きは3月末までに！！

### 【課税の基準】

軽自動車（種別割）は、4月1日（賦課期日）に軽自動車、原動機付自転車（ミニカーを含む）、小型特殊自動車（フォークリフト、トラクター等）又は二輪の小型自動車に対して課税されます。公道を走る走らないに関係なく、車両を所有していることに基づいて課税されます。

### 【納税義務者】

毎年4月1日現在、村内に主たる定置場所のある軽自動車等を所有している人。ただし、割賦（所有権留保付）販売の場合は、買主が所有者とみなされます。

### 【標識交付・廃車申告など】

該当する場所へお問い合わせの上、申告してください。

車 種 区 分		申 告 先
原動機付自転車	総排気量が125cc以下のもの	曾爾村役場住民生活課 0745-94-2102
	ミニカー	
小型特殊自動車	農耕作業用自動車	
	その他	
軽自動車	軽三輪	軽自動車検査協会奈良事務所 050-3816-1845
	軽四輪	
二輪車	総排気量が125ccを超えるもの	近畿運輸局奈良運輸支局 050-5540-2063

※他市町村の標識で原動機付自転車を持って転入されたときは、標識の変更手続きをしてください。

※農耕用小型特殊自動車をお持ちの方は、公道走行の有無に関係なく軽自動車税の申告を行い、ナンバープレートの交付を受けてください。

## 「遺言の日」 記念無料法律相談

遺言、相続に関する無料法律相談です。お気軽にご相談ください。【事前予約必要】

【日 程】 令和6年4月15日（月）

午前10時～12時・午後1時～3時

【場 所】 奈良弁護士会（奈良市中筋町2番地の1）

相談時間1人30分間 先着16名

【相談内容】 相続遺言に関することに限ります。

【予約受付】 4月1日（月）～4月12日（金）まで。

電話予約（奈良弁護士会 ☎0742-22-2035）で先着順。

受付時間：平日午前9時30分～午後5時

【お問い合わせ】 奈良弁護士会 ☎0742-22-2035

## 「高血圧には減塩とカリウム摂取を」

血圧が高めの人にとって塩分（ナトリウム）を控えることにより血圧が改善するのはよく知られていますが、それに加えカリウムを十分に摂ることが大切です。塩分は体に水分を保つ働きがあり、そのため血管内の血液量が増加し血圧を上昇させます。最近カリウムはナトリウムを排出し血圧を下げる作用があることがわかってきました。カリウム摂取により脳梗塞や心筋梗塞さらには死亡率も減らすという研究から、高血圧症における高カリウム食が注目されています。

カリウムを多く含む食品にはバナナやオレンジなどの果実、トマトやパセリなどの野菜、里芋や山芋などイモ類、納豆や枝豆などマメ類、ナッツ類があります。これらの食材を多く含み、肉よりも魚介類を中心にしてオリーブオイルで味付けしたいいわゆる地中海食と言われる料理が健康的な食事の一つとして推奨されています。地中海食は高血圧症などの生活習慣病だけでなくがんやパーキンソン病、アルツハイマー病のリスクを減らすことが報告されています。

和食もヘルシーですが塩分量が多くなるのが難点です。薄味が物足りないという人には、塩分を50%カットしてそのぶんを塩化カリウムにおきかえた「やさしお」など人工的な塩が市販されており、それを用いると減塩とともにカリウム摂取が同時にできることとなります。

なお、腎臓が極端に悪くなるとカリウムが排出できなくなり、体内にカリウムが蓄積されます。医師から腎臓病を指摘され、カリウム制限が必要と言われている場合はその指示に従ってください。

奈良県医師会

高齢者のみなさん

## きちんと食べて低栄養を予防しよう！

「歳をとったら粗食でいい」と思っていませんか？筋力が低下しやすい高齢期こそ、毎日の食事からしっかり栄養を摂りましょう。

**POINT**

- ・ 1日3食しっかり食べましょう
- ・ 1食の中で主食、主菜、副菜をそろえましょう
- ・ いろいろな食品を食べましょう

### 食推おすすめレシピ♪

筋肉の材料となるたんぱく質（魚、肉、卵、大豆製品、乳製品）がしっかりとれます

#### ガーリックしょう油チキン

65kcal たんぱく質8.9g（1人分）

【材料】 2人分

鶏むね肉…160g  
しょう油…大1/2  
酒…大1/2  
にんにくすりおろし…少々  
片栗粉…大1/2  
油…適量

【作り方】

- ①鶏肉は皮を取り除き、フォークで数カ所刺す。一口大のそぎ切りにする。
- ②ポリ袋に鶏肉と調味料を入れ揉み込む。
- ③片栗粉も入れて粉っぽさがなくなるまで揉み込む。
- ④温めたフライパンに油をひいて、中火で両面を焼く。

#### ミルク餅

87kcal たんぱく質2.7g（1人分）

【材料】 2人分

牛乳…75ml  
砂糖…小4  
片栗粉…小4  
きな粉…大1

【作り方】

- ①鍋に牛乳、砂糖、片栗粉を入れ、しゃもじでかき混ぜながら餅状になるまで火にかける。
- ②バットにきな粉を敷き、①を流し入れる。食べやすい大きさに切ってきな粉をまぶす。

～曾爾村食育推進協議会～

# てんいち先生



## ～3月は自殺対策強化月間です～

つらいときはひとりで悩まず相談して下さい。

### ○ならこころのホットライン

「死にたい」と思うほどつらい気持ちになった人などの、さまざまなこころの悩みの相談ができます。

☎0744-46-5563 (平日9時～16時)

☎0742-81-8527 (平日16時～20時、土日祝9時～20時)

### ○電話教育相談「あすなろダイヤル」

不登校やいじめなど学校生活での悩み、子育てなど家庭生活での悩みが相談できます。

☎0744-34-5560 (平日9時～17時)

### ○奈良いのちの電話

自殺をなくすため、さまざまなこころの相談に応じています。

☎0742-35-1000 (24時間365日)

### ○奈良いのちの電話

よりそいの会あかり事務局

大切な人を自死で亡くした人の思い、体験や願いを語り合い、気持ちを整理していく場です。

☎0742-35-7200 (毎週火曜日10時～16時)

☎0742-93-8397 (毎週木曜日13時30分～16時30分)

曾爾村役場 保健福祉課

## 女性の健康週間「骨活のすすめ」

日本では3月1日～3月8日までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康に関する知識の向上と、女性を取り巻く健康課題に対する社会的関心の喚起を図るための国民運動を展開しています。今年度のテーマは「骨活のすすめ」です！

みなさん「骨粗しょう症」と聞くと高齢者になる病気だと思いませんか。骨粗しょう症や骨密度の低下は高齢者だけでなく、若い女性であっても栄養不足、月経不順、運動不足などによって生じる可能性があります。また、女性はホルモンの関係で男性よりも骨粗しょう症になりやすいことがわかっているため特に注意が必要です。

骨粗しょう症は食事や運動などの生活習慣を見直すことで予防できます！

- 1日3食バランス良く食べ、カルシウム(乳製品・大豆製品、小魚等)やビタミンD(魚やきのこ等)の摂取を心がけましょう。
- 骨に刺激を与えるような運動(ジョギングやウォーキング、階段の上り下りや踵落とし、ジャンプ等)といった運動を無理のない程度に行いましょう。
- 適度な日光浴を行いましょう。

詳しい情報は厚生労働省のホームページで見ることができます。興味のある方はぜひご覧下さい。

<https://www.smartlife.mhlw.go.jp/event/honekatsu/>

骨活

🔍 検索

曾爾村役場 保健福祉課

## 農林業公社が田植えを代行します

村内の農業支援の取組として、公社が保有する農機を活用して田植え、稲刈り等の農作業の一部を請け負う「農作業受託」を行っています。

米作りを行う場合、大型機械を使用する作業を公社に委託することにより、土地所有者様は日々の水管理や草刈りといった軽作業のみで栽培することができます。

農地を活用されたい方は、ぜひご利用ください。

【料金 (10a あたり)】

耕うん10,000円、代かき15,000円、機械田植11,000円

※別途、農機の配送料がかかることがあります。

※作業料金は、農業委員会が定める農作業賃金をもとに設定しています。



農作業有償オペレーターも募集していますので、お問い合わせください。

【申込・お問い合わせ】(一社) 曾爾村農林業公社 ☎0745-96-2112

## 曾爾村農業委員会からのお知らせ

1月の農業委員会において、春期農作業賃金を下記のとおり決めました。

なお、この金額は出し手、受け手の目安として定めているものです。地域により条件が異なりますので、双方で話し合い決定してください。

令和6年度春期農作業賃金

(単位：円)

区分	令和6年度	備考
一般農作業	9,000	1日8時間男女の別、賄なし
耕うん+代かき	25,000	10a当たり賄なし
耕うん	10,000	
代かき	15,000	
機械田植	11,000	

【お問い合わせ】曾爾村農業委員会 (役場地域建設課内) ☎0745-94-2105

## 第7回クリスマスローズ春のコラボ展 曾爾クリスマスローズの会

春の訪れと共に、“冬の女王”と称される美しいクリスマスローズの花が咲きました。

「第7回クリスマスローズ春のコラボ展」を開催致します。

皆様方のご来場をお待ち致しております。

◆クリスマスローズ 曾爾クリスマスローズの会

◆水彩画 松村佳代子 県展入選

◆パッチワーク作品 久保喜久子 入選多数

【日時】3月9日(土)～24日(日) 10:00～16:00 最終日は15:00まで 水曜日は休み

【場所】ギャラリー曾頼 (奈良県宇陀郡曾爾村今井1124) 周辺、ゲストハウス (展示会場)

各種作品の展示販売



水彩画



パッチワーク



【お問い合わせ】ギャラリー曾頼 ☎0745-96-2188 <https://www.soraigama.com>



## 令和6年度奈良県警察官（第1回）採用試験情報

- 第1次試験日  
 教養試験・論文試験：5月12日（日）  
 体力試験・口述試験：5月25日（土）、26日（日）のうち指定する1日
- 受験資格  
 平成3年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く。）を卒業した人又は令和7年3月末日までに卒業見込みの人
- 受付期間  
 インターネットのみ（県警ホームページから）：3月1日（金）～4月12日（金）  
 ※下記URLから申込みしてください。
- 問合せ・受験申込先  
 奈良県警察本部警務課採用係  
 〒630-8578 奈良市登大路町80番地  
 ☎0120-351-204（採用フリーダイヤル）  
 URL <https://www.police.pref.nara.jp/>
- その他  
 ・採用Instagramでも、採用関連の情報を掲載しています。  
 ・是非フォローをお願いします。

採用Instagram  
QRコード



NARA\_POLICE\_SAIYOU

## 奈良県警察安全・安心アプリ「ナポリス」運用開始

3月1日に皆さんの暮らしの安全・安心を守る奈良県警察公式アプリが誕生しました。

### 【主な機能】

- お知らせ機能：身近な犯罪・不審者情報等がプッシュ通知で届く
- マップ機能：身近な犯罪・不審者情報等をマップで確認
- 防犯ブザー&ちかん対策機能：警告画面と音で犯人を撃退
- 今ココ通知機能：お子様やご家族の現在地を確認
- パトロール機能：見守りパトロール活動の状況を確認、活動内容でポイントがもらえる

その他にも数多くの便利な機能を搭載しています。

### 【アプリの登録】

右記二次元コードからインストールしてください。



【お問い合わせ】奈良県警察本部 生活安全企画課 ☎0742-23-0110

## 自衛官を募集します

- ◆自衛官候補生◆
- ▽資格 18歳以上33歳未満
  - ▽受付期間 随時
  - ▽試験日 受付時に通知

◇その他募集種目◇ 3月 一般幹部候補生、一般曹候補生、予備自衛官補

### ★自衛隊説明会のお知らせ★

- 日時 9時～17時まで自由参加
- 場所 自衛隊天理募集案内所（天理駅徒歩1分）
- 説明内容 就職、進学、福利厚生、その他質問事項等ご説明します。
- 詳しくは、自衛隊天理募集案内所までお問い合わせ下さい。
- ☎0743-63-2540



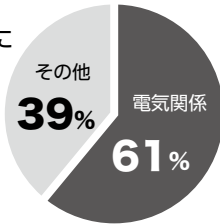
# 春季火災予防運動

停電復旧後の  
通電により  
破損した器具や  
配線からの出火

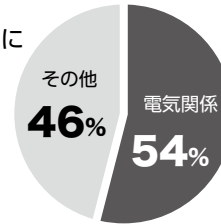


地震発生時、  
使用中の器具の  
破損や転倒等  
による火災

●阪神淡路大震災に  
おける火災の  
発生原因



●東日本大震災に  
おける火災の  
発生原因



全国統一防火標語  
火を消して不安を消してつなぐ未来

## 地震による電気火災を防ぐ 感震ブレーカーを付けましょう!

阪神淡路大震災の本震による火災が**285**件のうち、原因が特定されたものが**139**件、そのうち約6割が電気関係の出火、東日本大震災の本震による火災が**111**件のうち、原因が特定されたものが**108**件、そのうちの過半数が電気に起因する火災でした。

**いざという時の為に準備をして宇陀郡から火災を無くそう!**

### 【感震ブレーカーの種類】

分電盤タイプ(内臓型)	分電盤タイプ(後付型)	コンセントタイプ	簡易タイプ
			
分電盤に内蔵されたセンサーが揺れを感知し、ブレーカーを落として電気を遮断。	分電盤に感震機能を外付けするタイプで、漏電ブレーカーが設置されている場合に設置可能。	コンセントに内蔵されたセンサーが揺れを感知し、コンセントから電気を遮断。	ばねの作動や重りの落下によりブレーカーを落として、電気を遮断。
約5~8万円(標準的なもの)	約2万円	約5千円~2万円	約3~4千円
<ul style="list-style-type: none"> <li>○専門業者による電気工事が必要。</li> <li>○作業の信頼性が高い。</li> <li>○感震後、通電の遮断までに一定の待機時間(3分)が設定されており、その間の照明が確保される。</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>○電気工事が不要。</li> <li>○使用者自ら取付けるため、設置方法に伴う作動の信頼性にばらつきが生じるおそれがある。</li> <li>○感震時、通電が一斉に遮断される。</li> </ul>	

上記は一般的な特徴ですので機器により詳細をご確認ください。

※消防署では販売及び、業者の斡旋を行っておりません。

# 火災による「逃げ遅れゼロ」へ

ご存知ですか？  
火災による  
死者の多くが  
高齢者です！

奈良県広域消防組合管内では、令和5年に59件の住宅火災が発生し、7名の方がお亡くなりになっています。

全国的に見ても、住宅火災による死者のうち、約7割が高齢者となっており、死亡原因の約6割が逃げ遅れとなっています。

住宅火災による逃げ遅れゼロへの取り組みとして、次の4つの習慣、6つの対策を実施していただき、住宅火災から「いのち」を守りましょう。

住宅  
防火

## いのちを守る10のポイント

### 4つの習慣



### 6つの対策



【お問い合わせ】 奈良県広域消防組合 宇陀消防署 予防課 ☎0745-82-3199

【人口】  
1,291人 (-5)

【男】  
591人 (-5)

【女】  
700人 (±0)

【世帯数】  
645世帯 (-2)

(令和6年2月1日現在)

大字別

(令和6年1月1日現在)

人口 世帯

山粕 ● 166(±0) 95(±0)

掛 ● 102(-2) 54(-1)

長野 ● 156(±0) 74(±0)

小長尾 ● 108(±0) 44(±0)

今井 ● 169(-2) 81(-1)

塩井 ● 85(-1) 47(±0)

葛 ● 105(+1) 45(±0)

太良路 ● 100(±0) 53(±0)

伊賀見 ● 300(-1) 152(±0)

高齢者クラブ活動  
(全て 13:30~)

手芸 月1回  
陶芸 第4・休止中  
民踊 第2・第4回  
舞踊 第2・第4回

一般利用団体活動  
(10:00~)

おのれしょうば  
己書辛座 第2回

【発行】  
曾爾村役場

【編集】  
総務課

〒633-1212 奈良県宇陀郡曾爾村  
大字今井495-1  
TEL 0745-94-2101  
FAX 0745-94-2066

【印刷】  
株式会社サカタ企画印刷

【題字】  
故清水公照

第207世 第208世  
東大寺別当

ほけん事業予定表 (3月)

事業名	実施日	時間	対象者	対象者
健康いきいき教室	3月 7日(木)	13:30 ~ 15:30	65歳以上の対象者	○場所：振興センター ○内容：介護予防のためのストレッチ、筋力トレーニング等 ○講師：四つ葉のクローバー 江藤理学療法士
	3月14日(木)			
	3月21日(木)			
	3月28日(木)			
のびのび広場	3月 8日(金)	10:00 ~ 11:00	保育園未入園児と保護者	○場所：曾爾保育園 ○内容：育児についての悩み相談 ○スタッフ：心理士、保育士、保健師
健康ウォーキング	3月 8日(金)	13:00~	どなたでもOK	○集合場所：曾爾村国保診療所駐車場 ○行き先：伊賀見地区内 ※雨天中止です
食育推進員研修会	3月13日(水)	8:00~	食育推進員	○内容：県外研修 ○行き先：三重県方面
新型コロナウイルスワクチン予防接種	3月13日(水)	14:00 ~ 14:30	申し込まれた方	○場所：診療所 ○持ち物：接種券一体型予約診票、健康保険証、案内通知 ※予約制です。 指定された日時にお越し下さい。
運動教室⑤	3月21日(木)	18:30 ~ 19:30	申し込まれた方	○場所：振興センター ○内容：ヨガ、ストレッチ、筋トレなど ○講師：なばりもりもと接骨院柔道整復師

\*今年度の、個別検診(子宮がん検診・乳がん検診)、高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種は期限が3月末までとなっています。まだの方はお早めに受診ください。

医科休診のお知らせ (3月)

	午 前	午 後
3月 4日(月)	代診医(中村医師)による診療	休 診
3月 28日(木)	代診医(中村医師)による診療	休 診

曾爾村国民健康保険診療所

アマゴ釣り解禁のお知らせ

解禁日：令和6年3月10日(日)  
放流量：100kg  
※入漁料(券)が必要です。  
年券4,000円  
日券(解禁日当日)3,000円  
日券2,000円

【お問い合わせ先】

曾爾村漁業協同組合  
副組合長 佐伯 昇  
☎090-4902-8728

謹んでお悔やみ申し上げます

2月2日  
大字小長尾 井上 サカヘ さん(94歳)

1歳のお誕生日  
おめでとうございます!

広報誌デビュー!



パパ・ママより

大学今井  
河合 論くん  
いつまでも  
笑顔でね。  
令和5年3月29日生

\*個人情報については、希望された方のみ掲載しています。