

# 下北山

## 人の動き

平成22年11月1日現在

		先月1日比	前年同日比
人口	1,174人	(-6)	(-32)
男	554人	(-4)	(-8)
女	620人	(-2)	(-24)
世帯数	642戸	(-2)	(-2)

発行 奈良県吉野郡下北山村役場

Tel(代)07468-6-0001

<http://www.vill.shimokitayama.nara.jp/>

## 池神社 秋の大祭



平成22年(2010)

# 12

No.642

# 村政懇談会開催

10月18日から10月29日にかけて、村政懇談会か村内8会場で、開催されました。

各会場とも、上平村長より村政報告後、各担当課長より業務報告がありました。

村民の皆さんとの懇談では、「空家・休耕地問題」、「獣害対策」など、各地域での要望・ご意見を頂

きました。

皆さん

からいた

だいた貴

重なご意

見、要望

をしっか

り受け止

めて、今

後の村行

政に活か

していきたくと思います。  
ご参加ありがとうございました。



## 第2回 きなりの郷少年少女 軟式野球大会開催!

11月6日、池の平公園グラウンド、下北山スポーツ公園多目的グラウンドにおいて、第2回きなりの郷少年少女軟式野球大会が開催されました。大会には、地元北山スーパードモンキーズを含む郡内から6チーム、熊野方面から5チームの計11チーム(総勢約200名)が大会に参加しました。

1回戦は、日頃対戦したことがない、郡内のチームと熊野方面チームとが熱戦を繰り広げました。

決勝戦は、大淀緑ヶ丘ファイターズと川上ビッグボーイズが対戦し、1対0の僅差で、大淀緑ヶ丘ファイターズが見事優勝に輝きました。



## 第33回 文化展開催

# 文化にふれ 文化に親しむ

11月6日・7日の2日間、保育所体育館において、第33回文化展が開催されました。

会場には園児、小・中学生の作品をはじめ、各地区老人クラブや婦人学級、公民館教室生の皆さんによる作品、そして一般参加の方の作品など、村内外から数多く出展され、その数は865点、来場者は2日間で423名でした。

初日は、作品展示の他、公民館教室(和太鼓教室)生による太鼓演奏や食生活改善推進員の皆さんによる健康汁とおにぎりの販売なども行われました。また2日目は、



公民館教室(茶道教室)生の皆さんによる呈茶の披露やなつかしのビデオ上映なども行われ、連日多くの村民が芸術の秋を楽しみ、盛況のうちに終了することができました。

ご出品・ご来場ありがとうございました。



スポーツの秋

# 秋季高齢者グラウンドゴルフ大会 南園富夫さん優勝!

恒例の秋季高齢者グラウンドゴルフ大会（教育委員会主催）が、11月10日（水）、スポーツ公園多目的グラウンドで開催されました。

今回の大会には、各地区の老人クラブ会員76名が参加され、小雨交じりの悪天候の中、計16ホールで競い合いました。

大会は、安定したスコアを維持し2位に5打差をつけた南園富夫さんが、春季大会の雪辱を果たし優勝トロフィーを手にすることと

なりました。おめでとうございます。

なお、上位入賞者は次の方々です。

- 優勝 南園 富夫 (35)
  - 準優勝 玉中 喜美子 (40)
  - 三位 三木 茂 (41)
  - 四位 森川 百合男 (42)
- (敬称略)  
(カッコ内数字は、スコア)

## 上下北山高齢者交流 ゲートボール大会開催

今回、初めて上北山村と下北山村の高齢者交流ゲートボール大会が4面ゲートボール場で10月26日午前9時から開催され、上北山2チーム、下北山8チームが集い、深まる秋の景色とゲートボールを楽しむました。

現在、全国的にゲートボール人口が減少しつつあり、本村もチームとしての参加数が減りつつある

状況にあります。

昨年まで「高齢者秋季ゲートボール大会」として下北山村の高齢者を対象に開催されておりましたが、大会を盛り上げる為にも初の試みとして上北山村にも呼びかけ交流試合が実現し、上下合わせて10チームが交流ゲートボールを楽しみました。



見事優勝を果たした南園さん



●きなりの郷下北山

### ふるさと寄附

ふるさと納税制度

ふるさと納税制度は、出身地や応援したい地方公共団体に寄付することで、その地域を応援できる制度です。（寄附をされた方は税制上の優遇措置や特典があります。詳しくは下北山村ホームページをご覧ください。）

寄附金は、基金に積み立て効果的かつ確実な運用のもと、下北山村発展のため有効に活用させていただきます。

下北山村へ皆さんからの応援をお待ちしています。

#### ふるさと納税制度に

ご協力いただいた方

○東京都（九月一日）

平戸 研一さん

○大津市（十一月二十六日）

奥村 隆志さん

ありがとうございました。

平成二十二年度累計

四一五、六〇〇円



木枯らしの音が身にしみる今日この頃となりました。今年も残すところあと少しですね。全国的にインフルエンザが流行していますので、手洗い・うがいを習慣づけて元気に年を越しましょう。

### 生活習慣病予防講演会

去る11月11日下北山スポーツ公園研修室にて『生活習慣病予防講演会』を開催しました。

今回は天理市にある高井病院心臓血管センター長である西田育功先生をはじめ、2名の循環器医師による『知って得する心臓病のお話しメタボと心臓病』と題してご講演をいただきました。

今回も多くの方が参加され、熱心にメモをとる姿も見られました。なかでも、身体の要である心臓が生活習慣によって病変(病気)している様子を映した実際の血管の映像はインパクトがあり、心臓について理解が深まりました。

### 心の健康づくり相談会

今年9月より定期的に開催しております『心の健康づくり相談会』は、毎回臨床心理士の先生に来ていただき一人ひとり個別に相談に応じています。

毎回多くの方にご利用いただき、相談された方からは「話を聞いてもらえてよかった」「心が楽になった」と好評をいただいています。

子育て問題から、ストレス、うつ病などどんな些細なことでも構いませんので、少しでも気になることなどあればお気軽に『心の健康づくり相談会』をご利用ください。相談された内容や個人情報是完全秘密厳守されます。

### 《今後の相談会日程》

#### 【日時】

○12月19日(日)

午前9時～午後3時

○1月29日(土)

午前9時～午後3時

相談を希望される方は要予約です。事前には保健センターまでご予約下さい。

### 高齢者日常生活調査の説明会を開きます

本村に住所をおく65歳以上の方を対象に日常生活調査を実施いたします。高齢者の毎日の生活状況

に加え、健康状態や緊急連絡先などを伺い、今後の介護保険・保健事業・高齢者福祉に活用することを目的としています。調査の実施に伴い、説明会を開きますのでお誘い合わせのうえお越しください。

### 《説明会日程・場所》

○12月14日(火)

午前 桑原公民館

午後 大里生活改善センター

○12月15日(水)

午前 寺垣内コミュニティ

午後 佐田公民館

○12月16日(木)

午前 保健センター(浦向対象)

午後 池峰公民館

○12月17日(金)

午前 池原公民館

午後 保健センター

(全地区対象)

※開催時間は左記の通りです。

「午前」9時半～11時

「午後」1時半～3時

お住まいの地区以外の各公民館で受けていただいても結構です。なお大里・小井地区は合同で開催いたします。小井地区の方は小井公民館集合後、送迎いたします。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

### 【保健センター】

電話 6・0015

## 戦後強制抑留者の皆様へ

シベリア戦後強制抑留者に対する特別給付金の請求受付が、平成22年10月25日から始まりました。

- ・対象者は、戦後強制抑留者で平成22年6月16日に日本国籍を有するご存命の方です。
- ・請求受付期間は、平成22年10月25日～平成24年3月31日です。
- ・当基金から請求書類を送ります。まだ、手元に届いていない方は、当基金にお電話下さい。

【お問い合わせ先】 独立行政法人平和記念事業特別基金 事業部特別給付金担当  
0570-059-204(ナビダイヤル)(IP電話、PHSからは03-5860-2748)

【受付時間】 平日9:00～18:00(土・日曜日、祝日はご利用いただけません)

### 駐在さん通信



### 県内の交通事故情勢

本年度も残り1カ月あまりとなりました。村内での大きな交通事故は11月に入り檀原市、田原本町で死亡事故が発生しました。これ为本年の死亡事故は36件37名の死者数となりました。この36件の特徴を見ると

★飲酒運転に関係する事故が増加している。

★歩行中の死者9人中7人が夜間に発生している。

★死者数の内37人中22人が高齢者である。

が挙げられます。またこれから寒くなり、道路が雪で凍結し、スリップ事故が増加すると思われるので、安全運転に心がけてください。



### 電話帳に女性名で掲載している方

9・10月に村内居住で、電話帳に女性名で掲載されている方のお宅に巡回連絡を実施して各種詐欺被害に遭わないよう、掲載削除などの指導をしました。

電話でのオレオレ詐欺、悪徳商法等の犯人は電話帳を見て、「女性名で高齢者の氏名を見つけ、これを標的としています。」

つまり1人住まいの女性の高齢者を狙っています。今後電話帳への掲載を希望しない方は、

タウンページセンター  
電話0120・5066・309  
に連絡してください。

### 12月10日から16日までは「北朝鮮人権侵害問題啓発週間です。」

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深めると共に、国際社会と連携しつつ北朝鮮当局による人権侵害問題の実態を解明し、その抑制を図ることを目的として、平成18年6月に、「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、国及び地方公共団体の責務等が定められると共に、毎

年12月10日から同月16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」とすることとされました。

我が国の緊急の国民的課題である拉致問題の解決を始めとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対応が国際社会を挙げて取り組むべき課題とされる中、この問題についての関心と認識を深めていくことが大切です。

### クリスマス作戦の実施

例年12月に実施していますクリスマス作戦を今年も12月10日に実施します。

実施者は、下北山村地域安全推進委員、交通安全協会下北山支部、交通安全母の会の方達が村内居住の80歳以上のお宅を訪問し、★犯罪の被害に遭わない  
★交通事故の被害に遭わない  
ように注意を呼び掛け、プレゼントを持参しますので受け取ってください。

### 【吉野警察署】

代表 0746・32・0110  
寺垣内駐在所 6・0031  
池原駐在所 5・2003

## 放送大学

### 4月生募集のお知らせ

放送大学では平成23年度第一期(4月入学)の学生を募集中です。放送大学はテレビやラジオの放送を通して学ぶ遠隔教育の大学です。

心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。

出願期間は2月28日まで。資料を無料で差し上げています。お気軽に放送大学奈良学習センター(TEL0742・20・7870)までご請求下さい。放送大学ホームページでも受け付けております。



### こちら 消防分遣所



### 「救急車を適正に 利用しましょう」

最近の都会では、救急車をタクシー代わりに利用する人が増え、本当に生命の危険な患者さんへの対応が「遅れてしまうのではないか？」という心配が高まり、社会問題にまでなっています。

しかし、そう言われても、大ケガや重病ではないけども、体調が悪いときに「救急車を呼ぼうかな?」「ガマンしても大丈夫かな?」などと迷ってしまいますよね。でも、次のような場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

- ◎ 胸が痛い。(締めつける・ドキドキする など)
- ◎ 頭が痛い。(突然バットでなぐられたような・ろれつが回らない・手足が動かない など)
- ◎ 息が苦しい。(せえせえ・ひゅーひゅー など)
- ◎ 高齢者が転倒した。あるいは食べ物詰まらせた。

以上が代表例ですが、その他にも迷ったときは、次の電話で相談してみるのもいいでしょう。

#### 【奈良県救急安心センター】

相談受付電話番号 #7119

(プッシュ回線・携帯電話から)

0744・20・0119

(ダイヤル回線・IP電話から)

#### 【小児救急医療電話相談】

相談受付電話番号 #8000

(プッシュ回線・携帯電話から)

0742・20・8119

(ダイヤル回線・IP電話から)

いずれにしても、ひとりではやめに処置をしましょう。さらに詳しいお問い合わせや相談事がありましたら、お気軽に消防本部へご連絡ください。

#### 【吉野広域行政組合消防本部】

電話 0746・32・1011

FAX 0746・32・0130



### 医学の豆知識

## バセドウ病

近頃、異常に汗がでる。動悸がする。食欲があり食量が増えたり、が痩せてくる。手が震え、字が書きにくい。なんとなくイライラして睡眠もとりにくい。周りの人とトラブルを起こしやすくなった。前頸部の甲状腺がはれ(甲状腺腫)、眼球が少し大きくなった(眼球突出)ように思える。また筋力が衰えた気もする。

これらの症状は一見、関連のない症状の羅列のように見えますが、甲状腺から過剰な甲状腺ホルモンが分泌され、全身の代謝が過度になる甲状腺機能亢進症(いわゆるバセドウ病)が原因で起こってきます。

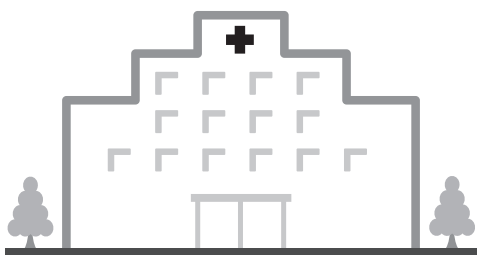
もちろん、これら全ての症状が出揃うとは限らず、特に初期には診断が困難なこともあります。血液中の甲状腺ホルモン量を測ることで診断が確定されます。気になる方は、かかりつけの医師にご相談ください。

治療は抗甲状腺薬による薬物療

法、手術療法(部分的甲状腺切除術)、放射性ヨード療法があります。いずれも亢進した甲状腺機能を抑えます。日本では抗甲状腺薬の内服が第一選択で、その場合は通院で治療できます。治療開始後1~3ヶ月で症状もとれ、通常6ヶ月から2年間ぐらい様子を見ながら薬を減らします。

一般に女性に多い病気ですが、遺伝的な要因もあり、血縁の方に甲状腺疾患の方がおられる場合、特に気をつけましょう。

奈良県医師会



# 「ツキノワグマ」について

～知っておいて欲しいこと～

今年はおの実等が不作で、集落への「クマ」の出没事例が各地でよく報道されているところです。本村においても、度々、クマの目撃情報もありますので、夜間ジョギング等される方は特にご注意下さい。

## ★出会わないようにするために

- ・夕方から早朝にかけての「クマ」の行動時間に野山を歩くのは危険です。
- ・山へ入る時には、腰やリュックサックに「鈴」など音の出るものを付けるようにしましょう。（自分の存在をクマに知らせるようにする。）
- ・日頃の残飯や生ゴミの管理についても、きちんとして下さい。

## ★出会ってしまったら

- ・遠くにクマを見つけたら、刺激しないように、あわてず、騒がず、静かにその場を立ち去りましょう。

## ★クマがこちらに気付いたら

- ・大声で叫んだり、石や棒切れを投げつけたりしては絶対いけません。落ち着いて静かにしていれば、クマの方が立ち去ります。



## 「クマ」についての“ミニ知識”

- ・視力…余りよくない
- ・聴力…すごくいい（でも、低い音には意外と鈍感）
- ・臭覚…すごくいい（犬やイノシシ並に鋭い）

## 「有害獣捕獲檻」を貸し出します！

アナグマ等に対応するため、村では「有害獣捕獲檻」を購入して、貸し出しをしております。希望者は下記へお申し込み下さい。



【下北山村役場、産業建設課 電話 6-0016】

# てんいち先生



## 村長室

## から

88



先月のある土曜日のことですが、大和西大寺駅北側周辺を散策していて車の通れない細い道を抜けると、偶然、病院の駐車場に出ました。通り抜けるくらいなら許してくれるだろうと歩いてみると、私の少し前を横切る人がいました。なんとその方は浦向出身で、その病院にお勤めの部長先生でした。「こんな偶然ってあるんだ」と思いつつ、歩いている間に、思いがけない

人に出会ったりすることはよくあります。また、随分と遠い場所だと思っ

ていても歩いてみると案外近いもので、東京に出張した時など、タクシーは使わず、極力徒歩や地下鉄で移動するように心がけています。いわゆる「永田町」近辺を歩くことが多いのですが、近代的な建物の片隅に「ここは〇〇藩の屋敷跡です」という表示があったりして、思いがけない発見をすることもあります。

昔は、歩くことは生活の一部でしたが、今の時代、特に田舎では移動手段は車になり、日常の中で歩くことはめっきり少なくなりました。そのため、健康のためにわざわざ歩く機会をこしらえることになり、中高年の間ではウォーキ



ングやハイキング程度の山歩きが人気のようです。

ある休日の朝、大阪阿倍野橋から吉野行きの電車に乗ったところ、ハイキング姿の人々で車内が占領され驚いた経験があります。その人たちはそれぞれ目的の駅で降りて行かれましたが、改めてウォーキングブームなるものを再認識したものです。

私も、健康のために毎晩歩くよう心がけていますが、振り返ってみると歩けない(歩かない?)日の方が多くなりがちです。出来る限り歩く機会を作りたいものです。

謹んでお悔やみ  
申し上げます

中 忠 政さん(上池原)  
十一月十八日 逝去  
享年 七十九才

### シルバー募金にご協力いただいた方

- 大和高田市(十月二十五日)  
屋 久 良 照 さん
  - 寝屋川市(十月二十五日)  
屋 久 万里子 さん
  - 浦向(十月二十六日)  
中 西 きみ子 さん
  - 下池原(十一月二日)  
故・大川 和 登 さん
  - 上池原(十一月二十二日)  
中 あさ子 さん
- 平成二十二年度累計  
八五二、三五六円
- ありがとうございました。

