

2025
8月
No.689

カ
報
廣

かみきたやま



■ 主な内容

7/29~31 ホシフルサトin上北山村

村の出来事…………… P 2
第21回ヒルクライム大台ヶ原since2001… P 3
「湯ったりほっこり地域間交流」の
協定締結式ほか………… P 4
年金だより…………… P 5

お知らせ…………… P 6・7
奈良健康情報…………… P 8
保健師だより…………… P 9
吉野消防署からのお知らせほか………… P 10

—— 毎月11日は「人権を確かめあう日」 ——

村の出来事 Topics

スタービレッジアストロノミーキャンプ2025 ホシフルサトin上北山村 を開催しました

7月29日（火）・30日（水）・31日（木）の3日間、宇宙をテーマにした学習イベント「スタービレッジアストロノミーキャンプ2025」と天体望遠鏡などで星空を観察する「ホシフルサトin上北山村」が開催されました。

「スタービレッジアストロノミーキャンプ2025」では興味のある講義を選んで受講することができ、延べ93名の受講者は若手研究員や大学講師の講義を真剣に聞いていました。

「ホシフルサトin上北山村」ではとちの木センターグラウンドにおいて、3日間で村内外から約150名が参加し、星空案内人の解説を聞きながら、天体望遠鏡などを覗き、星空を観察しました。



国道169号改良促進三村協議会要望活動

国道169号改良促進三村協議会（会長：下北山村南村長、副会長：上北山村山室村長、副会長：川上村泉谷村長）は、さる7月9日には奈良県、近畿地方整備局、奈良国道事務所に対して、7月31日には国土交通省及び地元選出国会議員等に対して、国道169号整備促進の要望活動を実施いたしました。

要望の内容として、1.重要物流道路に指定された国道169号「高規格道路 奈良中部熊野道路」について新広域道路計画を踏まえた人流・物流を支える道路ネットワークの強化を行うこと、2.重要物流道路の事業区間として指定されている「伯母峯峠道路」及び権限代行による「国道169号上池原トンネル他工事」災害復旧事業の早期完成、3.県を跨いで整備が必要である国道169号奈良中部熊野道路の国直轄区間への編入、4.改正「半島振興法」において新たに明記された「半島防災」について、災害を防除し軽減するため、並びに災害が発生した場合において住民が孤立し、及び地域経済の円滑な運営が著しく阻害されることを防止するための道路整備を推進すること、これらの項目を踏まえ、資材の高騰や賃金水準の上昇に対応する中であっても、計画的・長期的に道路整備・管理が進められるよう、本年6月に策定された国土強靱化実施中期計画に基づき、令和8年度においても必要な予算・財源を確保すること、以上について、要望活動を実施しました。今後も、国土交通省、奈良県、地元選出国会議員等に対して、強く要望活動を実施してまいります。

7月9日奈良県に対しての要望活動



7月31日国土交通省に対しての要望活動



「いこまどんどこまつり」へ出展しました



8月2日(土)、生駒市において「第24回いこまどんどこまつり」が開催されました。

上北山村と生駒市は友好都市として交流があり、祭りには本村の特産品を出展しました。

また音楽イベントのオープニングでは生駒市と友好都市である自治体が舞台上に呼ばれ、上北山村も村のPRをしました。

第21回 ヒルクライム大台ヶ原since2001 ★開催

大会スケジュール

■令和7年9月6日(土) 受付・チップテスト

13:00~17:00 受付・計測チップテスト

■令和7年9月7日(日) 大会当日

- 05:30~06:20 荷物受付 場所:清流橋ステージ付近
※キッズクラス参加の子供の荷物は(7:10)まで受付
- 06:20 選手集合 場所:清流橋
- 06:30~ 開会式 場所:清流橋ステージ付近
- 06:45 下山誘導等に関する競技説明
- 06:55 スタートスタンバイ
- 07:00 選手スタート(各クラス別スタート時間は以下のとおり)
- 09:30~ 下山
- 12:30~ 表彰式・閉会式(清流橋ステージ)

※8日は、午前5時~午後0時30分まで河合~小椋~木和田間が、午前5時~午後2時30分までふれあい橋~清流橋が通行止めとなります。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。

クラス別スタート時間

- 07:00 チーム対抗
- 07:02 一般ロード女子・MTB・カッパル・親子(カッパル・親子は後位置)
- 07:04 一般ロード男子(第1グループ)
- 07:06 一般ロード男子(第2グループ)
- 07:08 一般ロード男子(第3グループ)
- 07:10 一般ロード男子(第4グループ)
- 07:12 一般ロード男子(第5グループ)
- 07:15 キッズクラス(小学生1年生~3年生)



応援バスを運行します(人数限定)

「レース途中も見たい!」という方に、無料応援バスにより辻堂分岐まで送迎いたします。ヒルクライムのスタート(清流橋付近)を見てから「応援バス」に乗って移動し、辻堂分岐地点でも選手たちを応援しませんか?

応援バスの乗車を希望される方は事前申込が必要で、先着順です。

※応援バスに乗られる方は、辻堂分岐で先頭集団を見ることはできませんのでご注意ください。

問い合わせ

ヒルクライム大台ヶ原事務局 TEL.2-9007

令和7年9月1日より、 吉野町「中荘温泉」、川上村「湯盛温泉ホテル杉の湯」、 東吉野村「やはた温泉・たかすみ温泉」、下北山村「きなりの湯」を 各町村の住民料金で利用できるようになります！

令和7年8月7日に吉野町・川上村・東吉野村・下北山村・上北山村の1町4村で「湯ったりほっこり地域間交流」の協定締結式が吉野町中央公民館で行われました。

これは各町村有の入浴施設を相互に住民が利用できるようにしようという取り組みで、吉野町・川上村・東吉野村が令和6年9月から始めていた枠組みに、下北山村と本村が加入した形で実現したものです。

利用に際しては、当該町村民であることを証明する運転免許証やマイナンバーカード等、住所の記載のある身分証明書を提示する必要があります。

詳細は本広報紙と同封の配布チラシをご覧ください。



特別徴収村県民税の滞納に対する取り組みを強化します

個人村県民税の特別徴収とは、本来納税義務者（従業員）からの預かり金を納付することで、その納付を怠ると地方税法第324条の規定により「脱税に関する罪」と認められる行為です。

特別徴収分を滞納すると、従業員は給与から天引きされているにもかかわらず、滞納扱いとなり、従業員が何らかのサービス（住宅家賃助成事業など）を受けるために納税証明書を取得しようとしても、滞納扱いとなるため、サービスを受けることができなくなる可能性があります。

このようなことから本村では、特別徴収の滞納に対する取り組みを強化します。催告等に応じない特別徴収義務者（事業主）に対しては、順次滞納処分（差押処分）を行います。

※地方税法第324条抜粋

特別徴収によって徴収して納入すべき個人の市町村民税に係る納入金の全部又は一部を納入しなかった特別徴収義務者は、10年以下の拘禁刑若しくは200万円以下の罰金、又は拘禁刑及び罰金の併科の対象となります。

従業員の退職等（休職・転勤）に伴う届出

村県民税の特別徴収が出来なくなった場合は、異動した月の翌月10日までに「給与所得者異動届出書」のご提出をお願いします。届出が遅れた場合、従業員への納税通知の送付が遅れ、従業員は一度に多額の納税を強いられる可能性があります。

問い合わせ先：役場住民課税務係（☎3-0223）

年金だより

年金生活者支援給付金制度について

年金生活者支援給付金は、公的年金等の収入やその他の所得額が一定基準額以下の、年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

受け取りには請求書の提出が必要です。ご案内や事務手続きは、日本年金機構（年金事務所）が実施します。

対象となる方

老齢基礎年金を受給している方

以下の要件をすべて満たしている必要があります

- ✓ 65歳以上である
- ✓ 世帯員全員が市町村民税が非課税となっている
- ✓ 年金収入額とその他所得額の合計が約90万円以下である

障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方

以下の要件を満たしている必要があります

- ✓ 前年の所得額が約479万円以下である

請求手続き

① 新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方

お受け取りの対象になる方には、日本年金機構から9月初旬頃から、**請求可能な旨のお知らせを送付**します。同封のはがき（年金生活者支援給付金請求書）に記入し提出してください。**令和8年1月5日までに請求手続きが完了**しますと、**令和7年10月分からさかのぼって受け取ることが**できます。

請求手続きはお早めに!

② 年金を受給しはじめる方

年金の請求手続きと併せて年金事務所または市区町村で請求手続きをしてください。

日本年金機構や厚生労働省を装った不審な電話や案内にご注意ください。

✓ 日本年金機構や厚生労働省から、電話でおお客様の家族構成や金融機関の口座番号・暗証番号をお聞きしたり、手数料などの金銭を求めることもありません。

▶年金生活者支援給付金のご請求でお困りになったときには、お電話ください。

『給付金専用ダイヤル』：0570-05-4092（ナビダイヤル）

年金生活者支援給付金 検索



● 問い合わせ先の名称 **ねんきん加入者ダイヤル**

● 電話番号

(ナビダイヤル) 0570-003-004

050から始まる電話の場合は、(東京)03-6630-2525

● 受付時間

・月～金曜日 午前8:30～午後7:00

・第2土曜日 午前9:30～午後4:00

※土日・祝日（第2土曜日を除く）、12月29日～1月3日はご利用いただけません。



応急手当普及員講習のご案内

令和7年度の応急手当普及員講習を開催します。応急手当普及員は、心配蘇生法やAEDの使い方など、応急手当の大切さを地域の皆さんやご自身が所属する事業所の仲間へ伝えることができる資格です。

家族や地域の安心を伝える「応急手当の伝え手」として、あなたも活躍してみませんか？

■日時
10月15日(水)～17日(金)まで
午前8時30分～午後5時30分まで

■場所
橿原市慈明寺町149番地の3

■申込(先着順)
9月18日(木)～10月2日(木)まで
電子申請(オンライン申請)でお申込みください。詳しくは奈良県広域消防組合のホームページ「各種応急手当に関してのご案内」ページ内にある「令和7年度応急手当普及員講習案内書」をご確認ください。

奈良県広域消防組合ホームページ
<https://www.naraksk119.jp/>



育児ママのトークサロン
職場復帰にむけての準備と心構え

復職前のさまざまな不安について、働くママ同士で気軽にお話しませんか？自分らしく働き続けるために一緒に考えましょう。夫婦でも参加できます。同じテーマで10月17日(高田じこセンター)、別のテーマで11月26日(奈良じこセンター)でも開催予定です。

詳細はHPへ。
<https://www.pref.nara.jp/69488.htm>

■日時
9月6日(土)午前10時～11時30分

■場所
奈良じこセンター
奈良市西木辻町93-6

■対象
育児休業や産前産後休暇中の方
育児休暇から復帰しておおむね1年以上の方

■定員
15人(先着順)

■申込
8月30日(土)13時までQRコードよりお申し込みください。



お電話でも受け付けています。
託児所(先着順)

定員10名・無料。開催日時点で6カ月以上就学前までの子どもに限る

■お問い合わせ

奈良じこセンター
TEL0742-1231-5730
FAX0742-1231-5757

9月は健康増進普及月間です

少子高齢化や社会生活環境の急激な変化に伴い、糖尿病、がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病の増加が大きな問題となつていきます。

厚生労働省では、生活習慣病の特性や運動・食事・禁煙などの生活習慣の改善の重要性について、国民一人ひとりが理解を深め、健康づくりを実践できるよう健康増進普及月間を定めています。この機会にご自身の生活習慣について見直してみませんか。

■統一標語

1に運動2に食事 しっかりと禁煙

良い睡眠 健康寿命の延伸

■健康づくりのポイント

運動 体を動かす機会はたくさんあります。まずは今よりプラス10分、生活の中で体を動かすことを意識してみましょう。

食事 ・ バランスのよい食事
・ 毎日プラス1皿の野菜
・ おいしく減塩・日マイナ2グラム
・ 毎日のくらしにwithミルク

■禁煙

禁煙はがんをはじめとする生活習慣病の危険因子です。たばこを吸わない人でも受動喫煙により肺がんや心臓病にかかりやすくなります。自分や周りの人のためにも禁煙を始めましょう。

■睡眠

良い睡眠には、量(時間)と質(休養感)が重要です。睡眠は長すぎても短すぎても健康を害する原因となり、朝目覚めたときに感じる休まった感覚(睡眠休養感)は良い睡眠の目安となります。

アイヌの方々からの様々なご相談をお受けします
～電話相談を行っています～

公益財団法人人権教育啓発推進センターでは、アイヌの方々への悩みをお受けするフリーダイヤルを開設しております。嫌がらせ、差別、プライバシー侵害などのご相談もお受けします。

● 相談は無料です。

● 匿名でもかまいません。

● 秘密は厳守します。

■受付 月曜日～金曜日
※祝日、12/29～1/3を除く

■時間 午前9時～午後5時

■相談専用電話

アイヌの方々のための相談専用フリーダイヤル
0120-1771-2008
※来訪によるご相談も受けします。
月曜日～金曜日 午後1時～5時
要予約

■お問い合わせ

公益財団法人 人権教育啓発推進センター
東京都港区芝大門2-10-12
KDX芝大門ビル 4階
FAX03-15777-1803
URL <http://www.jinken.or.jp>

※本相談事業は、(公財)人権教育啓発推進センターが、厚生労働省生活相談充実事業により実施するものです。

村の

電話帳



役場(代表) 2-0001
 総務課 2-0001
 企画政策課 2-0002
 建設課 2-0003
 住民課 3-0223
 出納室 9-0207
 議会事務局 9-0703

ワースリビングかみきた
 診療所 2-0016
 (休日及び午後5時15分以降
 は、役場に転送されます。)

保健福祉課 3-0380
 社会福祉協議会
 2-0129

教育委員会 2-0066

上北山やまゆり学園
 2-0027

やまゆり保育園
 2-0230

村民総合会館 3-0330

白川公民館 3-0120

ふるさとふれあい会館
 3-0218

一般社団法人
 ツーリズムかみきた 2-0102

上下北山衛生センター
 し尿 5-2227
 ゴミ 5-2251

吉野警察署河合駐在所
 2-0005

吉野消防署北山分署
 5-2450

吉野土木事務所
 工務第二課 2-0098

関西電力送配電株高田配電営業所
 0800-777-8810

火災時の通報

119通報(消防署)
 と同時に、役場にも必
 ず通報してください。

困ったらひとりで悩まず行政相談
 9月・10月は行政相談月間です

登記・年金・保険・雇用などについて、わからないこと、身
 近な困りごとがありましたら、総務省行政相談センターや行政
 相談員が開設する行政相談所にお気軽におたずねください。

【行政なんでも相談所の開設】

下記のとおり、1日限りの「行政なんでも相談所」を開設
 します。

司法書士等による法律相談受け付けます。

相談は予約不要・無料・秘密厳守ですので、お気軽にご利
 用ください。

【相続・遺言・税金など行政なんでも相談所】

●奈良会場

9月25日(木) 10時30分～15時30分(受付15時まで)

●場所

イオンモール高の原 2階平安コート
 木津川市相落台1-1-1

●参加予定機関

司法書士、税理士、社会保険労務士、行政相談委員、行政
 相談センター

問い合わせ先

総務省 奈良行政監視行政相談センター

TEL: 0742-24-1100

「法の日」週間記念無料法律相談

【日時・場所】(次の2ヶ所で実施します)

●10月2日(木) 奈良弁護士会館(奈良市中筋町22番地の1)

午前9時30分～12時・午後1時～3時30分
 (相談時間 1人30分)

●10月6日(月) 経済会館(大和高田市大中106-2)

午前9時30分～12時・午後1時～3時30分
 (相談時間 1人30分)

【予約方法】

電話予約

奈良弁護士会 TEL: 0742-22-2035

【受付期間】

9月1日(月)～9月26日(金)まで

平日 午前9時30分～午後5時



令和7年9月 **奈良県医師会の
学術部会が行う健康相談**



お気軽に
お問合せください

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	9月9日[火] 午後2時～3時	予約必要	奈良県眼科医会
精神科に関する健康相談	9月9日[火] 午後3時30分～4時30分	予約必要 ※受付締切 9月2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	9月30日[火] 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切 9月29日(月)	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**

突然の指の痛みと内出血をきたすアヘンバツハ

突然に指にチクツとかズキツとかした痛みを感じて、そのあと指が腫れて紫色の内出血のあざになって、指が突っ張ったような感じになったことはありませんか？それはアヘンバツハ症候群と呼ばれる疾患で、悪性の疾患ではなく自然に治るため心配はありません。

指をどこかにぶついたり、荷物を持ったりすることがきっかけになることがありますが、とくに誘因がなく自然にできることもあります。容器の開け閉めや水道の蛇口をひねったりする動作で起こることもあります。

中年以降の女性に多いといわれていますが、若い人でも男性でも起こります。手のひらや足の指や足の裏にできることもあります。女性に多いのは炊事や掃除や買い物で手を使う動作が多いことが関係しているようですが、原因はよくわかっていません。加齢により血管が弱くなっているのが原因の一つともいわれていますが、検査をしても異常は見つかりません。

同じ部位や他の部位に繰り返し起こることがありますが、数日間から数週間で自然に治癒します。手や足の指以外の部位に内出血がみられたり、腫れが悪化し痛みが増加するようならほかの病気も考えられ、血液やレントゲン検査などが必要になることもありますが、多くの場合は検査も治療も不要で経過観察だけで大丈夫です。

奈良県医師会

こんにちは保健師です

■今回のテーマ

夏にかかりやすい
感染症



今回は、夏にかかりやすい感染症をご紹介します。乳幼児・児童を中心に流行しやすいですが、大人や高齢者がかかることもあるため、注意が必要です。

足を中心に水ぶくれが特徴的な急性ウイルス性疾患です。他に38℃以下の発熱が見られる場合や、喉の痛み、食欲不振などがみられます。

猛暑の中、運動・食欲不振・寝不足などの状態が続くと、免疫力が低下し、様々な感染症を引き起こす原因となり、重症化することもあります。

▽咽頭結膜熱（プール熱）

39〜40℃の高熱から始まり、喉の痛み・目の白い部分の赤み・目やになどの症状が現れます。その他に、リンパ節の腫れ・腹痛・下痢などが起こることもあります。

初夏から初秋は腸管出血性大腸菌が多発期として十分注意が必要な時期です。代表的なものには、腸管出血性大腸菌「O157」や「O26」、「O111」等が知られています。頻回に水様便を発生すると、さらに激しい腹痛を伴い、まもなく著しい血便となることがあります。発熱はあっても多くは一過性です。

▽腸管出血性大腸菌感染症

心ですので森林や草むらに立ち入る時は、長袖、長ズボン等を着用し、補助的な効果がある虫除け剤も利用しましょう。屋外活動後は入浴し、ダニに刺されていないか確認しましょう。

○よく触れる物をアルコール消毒する。

○こまめな換気を心掛ける。

○人が多い場所では可能な範囲でマスクを着用する。

これらだけでも、基本的な感染症予防対策になります。「私は大丈夫」と思っている人も多いかもしれませんが、特に大人の中にも手洗いの習慣がついていない人や、正確に汚れを落とす手洗いができていない人がたくさんいます。ウイルスや菌は目に見えないので、爪の間、指の付け根などしっかりと丁寧に洗いましょう。むやみに手で髪に触れないことも感染症予防対策としては大切です。

これらの事に気をつけ、感染症を寄せ付けないようになりましょう。

■家庭でできる「感染症予防対策」

感染症を予防するには、毎日の心がけが肝心です。

○帰宅時、食事前、トイレの後などに手洗いを行う。洗う際は手首まで洗う。洗った後は清潔なタオルで拭く。



▽ヘルパンギーナ
夏かぜの一種で、突然の高熱と喉の奥にできる水ぶくれが特徴の急性ウイルス性疾患です。咳やくしゃみ、喉の痛み、食欲不振などがみられます。

▽ダニ媒介感染症

病原体を保有するダニに刺されることによって起こる感染症の事です。マダニがウイルスや細菌などを保有している場合、刺された人が病気を発症することがあります。まずは刺されないことが肝

▽手足口病
名前のとおり、口の中・手・

奈良県国民健康保険料(税)コールセンターを開設しました

早期納付による収納率の向上及び累積滞納を未然に防止することを目的に、令和7年度奈良県国民健康保険料(税)コールセンターを開設しました。

コールセンターでは、納期限を過ぎても納付が確認できない方に対して、電話で納付の呼びかけを行います。

【問い合わせ先】 保健福祉課国民健康保険係 TEL:07468-3-0380

