

2026  
4月  
No.697

あ  
広報

# かみきたやま



## ■ 主な内容

令和8年度施政方針	P 2・3
令和8年度の主な事業	P 3
令和8年度上北山村一般会計予算の概要	P 4・5
令和8年3月定例村議会一般質問	P 6～9
人事異動	P 10
やまゆり保育園入園式・やまゆり学園入学式	P 11

4/8 やまゆり学園入学式

村の出来事	P 12
年金だより	P 14
お知らせ	P 15・16
保健師だより	P 17
春の交通安全運動啓発活動ほか	P 18

—— 毎月11日は「人権を確かめあう日」 ——

令和8年度

## 施政方針



り村経済の充実が喫緊の課題であり、最も重要なテーマであると認識しております。

この村経済の充実とは、端的に言えば雇用機会の充実、すなわち就業場所の確保であります。

ここで、上北山村における就業環境の変遷について少し触れたいと思います。

私の政治信条につきましては、年頭のご挨拶でも申し上げましたとおり、「上北山村に住み続けたい村づくり」を掲げることでもあります。

その実現のためには、村の「経済を充実させること」、そして「福祉を含め暮らしやすい村づくり」、さらには「将来にわたる村づくり」を政策の中心に据える必要があります。

その基本理念として、郷土愛を基盤とした持続可能な地域社会の構築と維持を第一の目標とし、最終目標である上北山村の永続を図ってまいりたいと考えております。

キーワードは「経済」「福祉」「環境」であります。やは

すなわち西暦2000年前後からは、公共事業の縮小や財政問題の影響を受け、建設業も縮小の一途をたどり、現在に至っております。

今後雇用機会が大きく拡大する要素は少ないのではないかと感じております。

このように、かつての基幹産業であった林業や建設業が低迷する中、観光業を基軸とした就業機会の確保を図るべく、ホテル運営などさまざまな取り組みを模索しているところであり

ますが、現時点ではまだ十分に軌道に乗っているとは言えない状況にあります。

それでは今後どのような施策によって、先ほど申し上げた郷土愛を基盤とする持続可能な地域社会の構築と維持を図っていくのかという点であります。

現実的な対応として、観光業を基軸とした産業振興を進めるとともに、林業についても新たな視点から展開していく必要があります。

従来の森林資源生産機能、すなわち植林・育林・伐採・再造林という循環に加え、新しい視点による林業を推

進し、雇用機会の創出を図ってまいりたいと考えております。

建設業については、林道や村道の維持管理を目的とした事業が中心となりますが、かつて林業から建設業へと就労が移行した流れを踏まえ、今後は建設業から再び林業へとシフトするような取り組みも検討していかなければならないかもし

れません。

もちろん、それは簡単なことではありませんし、大規模災害発生時には建設業者の力が不可欠であることから、建設業をなくすわけにはまいりません。

そのため、県発注工事の受注については、地元業者が優先されるよう関係部署に働きかけていく必要があると感じております。

また、工事発注とは少し異なりますが、私が以前より申し上げております尾鷲上北山道路事業については、引き続き関係機関に対して要望活動を続けてまいります。

それでは、もう少し具体的な施策の概要を申し上げます。

まず、観光業を基軸とした産業振興についてであります。やはり核となるのは、

フォレストかみきたを中心とする「ツーリズムかみきた」の運営を通じた就業機会の確保、特産品の開発、観光メニューの発掘、そして住民サービス提供であると考えております。

そもそも地方自治体の機能は、広い意味でサービス業であるという解釈もあります。運営に村が関わっているという事実からすれば、住民サービスの一環であるとも言えます。

しかしながら、公共サービスとの違いは営利を目的とするかどうかという点にあります。この点を踏まえ、今後も住民サービスを重視しながら、経営努力を続けていく必要があることは言うまでもありません。

利益を最優先とするのか、あるいは収益的には厳しくとも住民サービスを重視するのか、そのバランスを考慮しながら今後の運営を進めてまいりたいと考えております。

また、観光メニューの発掘とは、河川や旧跡、景勝地などを新たに見出し、活用していくことでもあります。

視点を変えれば、上北山にはまだまだ磨けば光る資源があると考えております。

林業の新しい取り組みとしては、現在実施している混交林誘導整備事業をさらに拡充し、生物多様性機能に重点を置いた林業形態を構築していきたいと考えております。

現在、林業担当課が直面している課題は、施業を行う林業事業体が少ないことであり、その結果、林業事業の実施を見送らざるを得ない場合もあります。

村としては、国の森林環境譲与税もあることから事業量の確保は十分可能であると考えておりますが、就労者が少ないという現実が大きな課題となっております。

この解決には、林業の「きつい・汚い・危険・給料が安い」といういわゆる4Kのイメージを払拭する必要があると思います。そのためにも労務単価や経費の見直しを行い、働きやすい環境づくりを進

めていかなければならぬと考えております。

例えば現場まで2時間を要する通勤環境はすぐには改善できませんが、単価の見直しなどを通じて支援していく必要があると強く感じております。

また仕事量の確保と継続性についてであります。今回の混交林誘導整備事業は国土保全や生物多様性を掲げつつ森林資源生産機能も含んでおりますが、視点をさらに広げ、より国土保全や生物多様性に重点を置いた森林管理のあり方を検討していきたいと考えています。

例えば伐採を100年後に想定し、生物多様性の発現を観察するフィールドとして森林を管理していくような林業形態であります。

従来の林業から見れば山を放置するように映るかもしれませんが、この点についてはさまざまな方策があると考えております。

対象地としては白川又流域が有力であり、村や県の公有林が多く理解を得やすいのではないかと考えてお

ります。

担当課では、フォレストの増員も検討されていると聞いておりますので、その力を十分に発揮していただくことを期待しております。

先ほどから、林業と観光業についてお話をさせていただきましたが、当村にはこれ以外にも、食品製造販売をはじめ、商店や個人事業として頑張っておられる方々がいらっしゃいます。

言わば、これらの方々が村に住み、事業を営んでいただくことで、行政サービスや福祉サービスが必要となり、役場職員が存在意義も生まれてまいります。

村長の立場として、これらの方々に対して村としてどのような応援ができるのか、改めて検討を行い、人口の少ない村ではありますが、その永続をかけて取り組んでいく所存であります。

村民の皆様のご理解とご協力をお願い申し上げ、私の施政方針とさせていただきます。

## 令和8年度の主な事業

・健民グラウンド整備事業  
3021万5千円

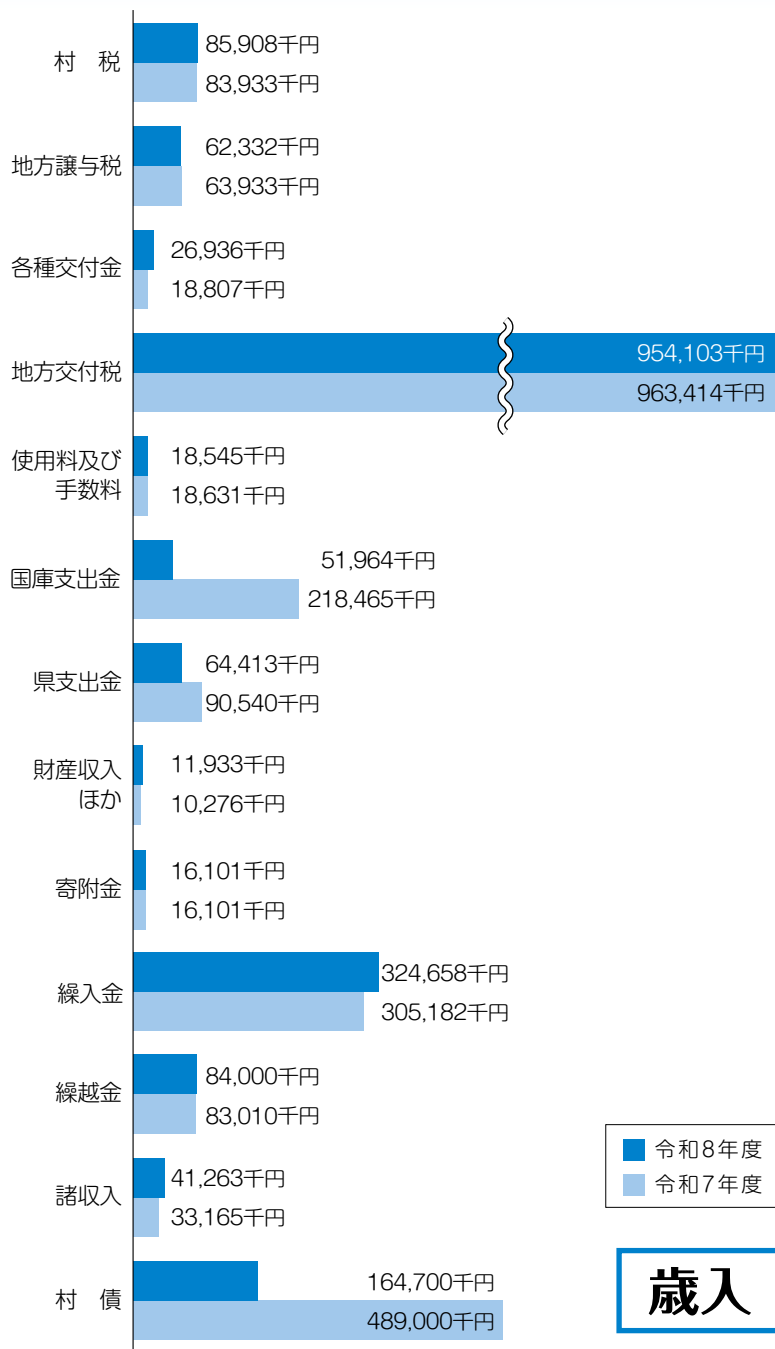
・村道和佐又～伯母峯線災害防除事業  
2050万円

・林道改良事業  
4102万4千円

・無名橋200号橋梁補修事業  
1780万円

# 19億685万6千円

(前年度比20.4%減)



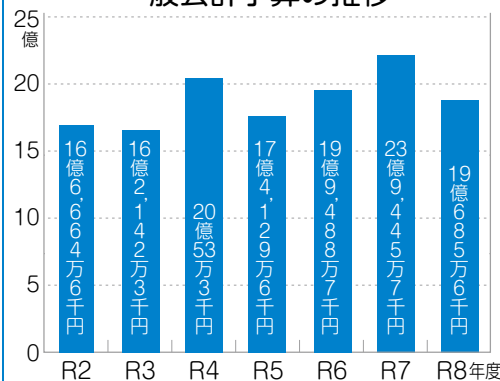
## 歳入

令和8年度の予算が、3月定例村議会において可決されましたので、予算の概要についてお知らせします。

一般会計は、前年度より4億8,760万1千円少ない19億685万6千円となり、特別会計を含めた総予算額は22億315万2千円となりました。

- 村 税：村民税や固定資産税など、村民の皆さんに納めていただくお金
- 地方譲与税：国税として徴収され、地方自治体へ譲与されるお金
- 地方交付税：村の財源状況に応じて国から交付されるお金
- 使用料及び手数料：村の施設の使用や住民票の交付など、特定の行政サービスを受ける人に負担していただくお金
- 国庫支出金：特定の事業を行うために国から交付される負担金、補助金などのお金
- 県 支 出 金：特定の事業を行うために県から交付される負担金、補助金などのお金
- 繰 越 金：前年度から持ち越される剰余金
- 村 債：特定の事業を行うために国などから借り入れるお金

一般会計予算の推移



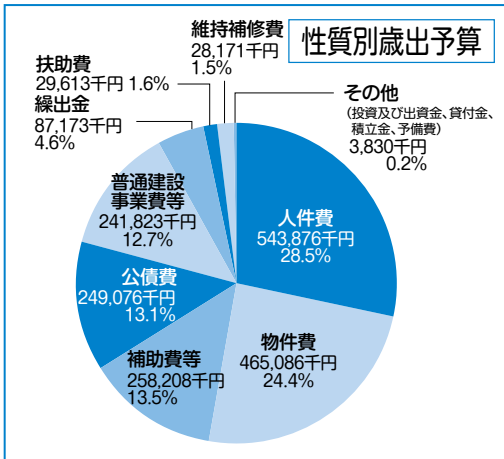
歳入には、地方交付税や国・県支出金、村債などの国や県の配分による「依存財源」と、村税や諸収入、使用料及び手数料などの村が自主的に収入できる「自主財源」があり、本年度の依存財源は構成比69.5%の13億2,444万8千円、自主財源においては、構成比30.5%の5億8,240万8千円となっており、依存財源に頼らざるをえない厳しい財政状況となっております。

前年度と比較すると、歳入の50%を占める地方交付税は9億5,410万3千円で、931万1千円の減額。村債は、過疎対策事業債の減額等により3億2,430万円の減額。国庫支出金は、学校施設環境改善交付金等の減額により、1億6,650万1千円の減額となっております。

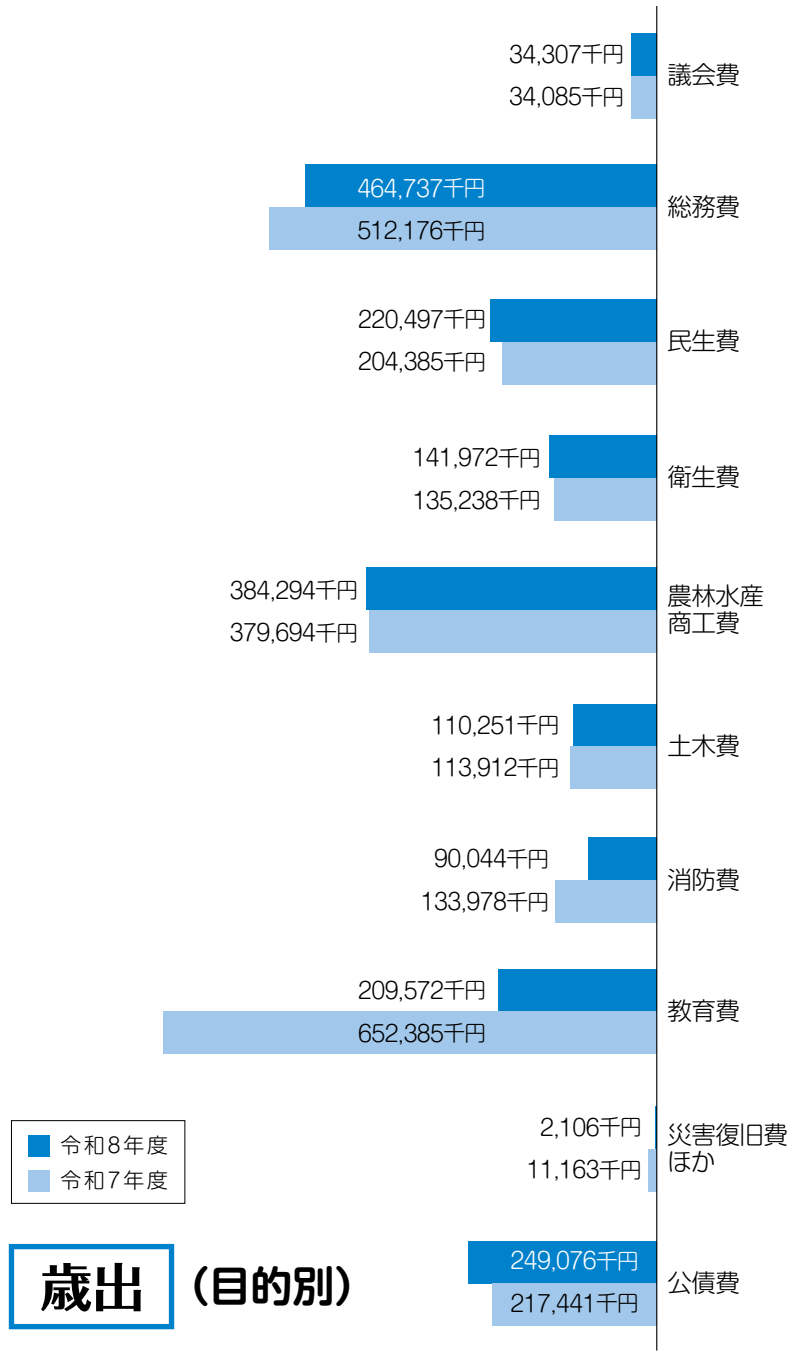
## 歳入

公営企業会計	予算額	前年度比
簡易水道事業	4,849万9千円	- 1.2%
特別会計	予算額	前年度比
国民健康保険	5,392万7千円	- 14.1%
国保診療所	7,277万1千円	- 4.8%
介護保険	1億108万6千円	- 3.8%
後期高齢者医療	2,001万3千円	- 5.0%

議 会 費：議会の運営などに使うお金  
 総 務 費：庁舎の維持管理や戸籍、徴税、選挙、監査事務など村の総括的な事務に使ってお金  
 民 生 費：社会福祉や医療助成など、安定した社会生活を保証するために使うお金  
 衛 生 費：健康診断や各種検診、ごみ処理など健康で衛生的な生活環境を保つために使うお金  
 農林水産商工費：農林水産業、商工業、観光の振興などに使うお金  
 土 木 費：道路、公営住宅などの整備や維持管理に使ってお金  
 消 防 費：消防や防災対策に使ってお金  
 教 育 費：小中学校、社会教育や保健体育など教育各般に使ってお金  
 災害復旧費：災害で被災したものを復旧するために使うお金  
 公 債 費：国などから借り入れたお金(村債)の返済などに使うお金



# 令和8年度 上北山村一般会計予算



## 歳出 (目的別)

## 歳 出

行政分野ごとに分類した「目的別歳出」において前年度と比較すると、総務費は、国準抛システム移行作業委託料等により4,743万9千円の減額。農林水産商工費は、森林資源を活かした地域活性化のための人材育成事業委託料の増額等により460万円の増額、土木費は、村道橋梁定期点検委託料などの減額により366万1千円の減額、民生費は国民健康保険診療所特別会計操出金の増額等により1,611万2千円の増額、教育費は、工事請負費の減額により4億4,281万3千円の減額、衛生費は高圧受変電設備改修工事の増額等により673万4千円の増額、消防費は、奈良県広域消防組合負担金の減額等により4,393万4千円の減額となっています。

特別会計において前年比と比較すると、国民健康保険特別会計は印刷製本費及び国保システム改修委託料の減額等により882万1千円の減額、介護保険特別会計は施設介護サービス給付費等の減額により404万円の減額となっています。

令和8年

## 3月 定例村議会

### 一般質問

3月の定例村議会において、2名の議員による一般質問が行われましたので、その概要についてお知らせします。

#### ■原口議員



#### 問 林道椽谷西ノ谷線における東屋について

林道椽谷西ノ谷線に設置されている東屋のパネル写真及び展望台周辺の環境整備についてお伺いします。まず、東屋に設置されているパネル写真についてです。設置から相当年数が経過し、写真の色あせや劣化が

見受けられるほか、現在の景観状況と一致していない内容も見受けられます。東屋は地域住民の憩いの場であるとともに、来訪者が立ち寄る場所でもあり、地域の魅力を発信する重要な拠点です。現状を踏まえ、最新の景観や地域資源を反映した写真への取り替えが必要ではないかと考えます。

次に、展望台周辺の雑木処理についてです。

現在、雑木の繁茂により本来の眺望が十分に確保されていない状況が見受けられます。展望台は景観を楽しむための施設であり、その機能が十分発揮されるよう、定期的な雑木の伐採や管理が必要と考えます。また、防犯・安全面の観点からも環境整備は重要です。そこで、次の点についてお伺いします。

1. 東屋のパネル写真の設置時期及び管理状況について
2. パネル写真の更新を検討

#### 答 村長



3. 展望台周辺の雑木の管理状況及び今後の整備計画について  
以上について、見解をお伺いします。

討する考えはあるか  
3. 展望台周辺の雑木の管理状況及び今後の整備計画について  
以上について、見解をお伺いします。

あり、シーズンを問わず登山者が訪れているところで、今回、議員のご質問の通知を受けて、担当課が確認に赴いたところ、確かに写真パネル看板に劣化が進んでおり、山の名称は判読できるものの、写真は山頂を含め山の稜線の判別がつかない状態である、ということでした。

地域の魅力を発信する重要な拠点であることから、早急に写真パネルの取り替えを進める必要があると思われました。担当課によりまずと、写真の山並みの景観は当時と変化がありませんので、当時作成発注した事業者に当時のデータの保管及び取り替えの見積依頼を行ったところ、データが保管されており、かつ費用も今年度の修繕予算で対応が可能であったため、既に発注をしています。

次に、東屋周辺の眺望を阻害する雑木処理について

ですが、この点につきましては、以前より他からもご指摘を受けていましたが、国立研究開発法人森林研究・整備事業機構と土地所有者との契約となっていたことを確認した後、滞っていません。今回の質問を受けて再度確認したところ、現地には防護柵のネットが張り巡らされており、ネット内にはスギ・ヒノキの植栽がなされ、ネット外は天然林で特に東屋周辺は雑木となっており、議員ご指摘のとおり、本来の眺望が楽しめる状況にあることから、まずは土地所有者にネット外の雑木処理の許可を得て伐採を行い、それでも眺望が確保できなければ、国立研究開発法人森林研究・整備機構へ働きかけて伐採ができるよう進めていきたいと考えています。

#### ■原口議員

ありがとうございます

た。春先になれば来村者も増え、登山される方も増えますので、できるだけ早く対処していただきたいと思えます。

■ 岩本議員



問 委員会の活動状況について

地方行政を潤滑、かつ適宜適正に進めるためにいくつかの会議、審議会、委員会が設置され、それぞれに委員が任命され、固定資産評価委員のように議会の同意をもってまた必要に応じて招集、開催されるものと理解しています。これらの委員などは条例によって、特別職という身分であると規定されており、報酬や費用弁償についても議会の承認を経なければならぬこと

となっています。教育委員、社会教育委員、学校歯科医など教育行政に関わるもの、選挙管理委員会や投票管理者など選挙に関わる委員、保健福祉の分野でもいくつかの委員会があります。すべてについてご回答を求めると大変な時間を要しますので、今回はいくつかの委員会について質問します。

・ 地籍調査推進委員会は国土調査促進特別措置法による第7次十箇年計画（令和2年から11年までの間）に基づき実施されていますが、上北山村での取り組みはどのようなになっていますか？

・ 防災会議は災害対策基本法第14条から第17条に基づき設置される会議です。上北山村において、防災会議の委員の構成はどのようなになっており、開催状況はどのようなになっていますか？

・ 文化財保護審議会について

て、開催状況と今後についての計画はどのようなになっていますか？

答 村長



地方行政を円滑かつ適正に進めるため、各種の審議会や委員会等を設置し、専門的な知見や地域の実情を行政運営に反映させていくことは大変な重要なことであると認識をしています。

本村における地籍調査推進委員会の主な役割につきまして、各規程に定められているとおり、一筆地調査における立ち会いや地権者その他利害関係者との間に意見の相違が生じた場合の調整などです。地籍調査は、執権者の立ち会いのもとで境界の確認や合意形成を行う必要があります。例えば

境界の位置について隣接地権者等で地権者間の認識に差がある場合や、当事者が法令で説明が十分に伝わりにくい場合などには、役場職員のみでの対応が困難となる場合があります。このため、説明の補助や連絡調整、合意形成の支援等について、地籍調査推進委員の皆様にご協力をいただきながら、事業の円滑な推進を図ってきたところです。本村におきましては、これまでに集落周辺の宅地を中心に地籍調査を実施し、一定の成果を上げてきたところですが、現在は調査を実施していないため、委員会が実際に活動する案件は生じていない状況です。

今後、地籍調査を再開するなど、必要が生じた場合には、委員会の体制や運営のあり方について改めて検討していきたいと考えています。

次に、防災会議についてお答えいたします。市町村

防災会議は、災害対策基本法第16条の規定に基づき設置しており、村の地域防災計画の作成及び見直し、災害時の対応体制の整備等について協議する重要な会議です。

上北山村防災会議の委員構成につきましては、条例に基づき、村長を会長とし、県の関係機関、警察、消防、村の執行機関の幹部職員に加え、ライフライン事業者、郵便局、森林組合、建設業関係者、自衛隊さらには議会や区長会など関係する幅広い分野の方々に委員として御参画をいただいています。

このように多様な機関団体の参画を得ることで、平時から消防防災体制の充実と災害時における実効性の高い連携体制の構築を図っているところです。開催状況については、近年では地域防災計画の改定により、関係機関との日程調整が難しい状況であったことか

ら、やむを得ず令和6年9月に書面による開催という形で実施しています。

今後については、対面での開催を含め、関係機関が一堂に会して意見交換が行える機会の確保に努め、地域防災計画の実効性の向上や災害対応力の強化につなげていきたいと考えております。

最後に、文化財保護委員会について、本村では、村内に所在する重要な文化財の保護及び活用を図る点に関して、上北山村文化財保護条例を制定し、これに基づき教育委員会の諮問機関として文化財保護審議会を設置しています。

同審議会は、文化財の保存及び活用に関してご意見をいただく重要な機会です。

委員につきましては、条例の規定に基づき委嘱していますが、近年は審議会を開催できていない状況です。

今後については、来年度に向けて組織体制の見直しを行い、村内文化財の保存及び活用がより適正に推進されるよう、審議会の開催に向けて準備を進めていきます。

いずれの委員会についても、それぞれの目的、役割において適切に運営するとともに、今後も実効性のある会議運営に努め、村政の円滑な推進に繋げていきたいと考えています。

■岩本議員

まず、地籍調査ですが村長がおっしゃったとおり、6次事業で住宅地周辺についてはほぼ確定されていると思います。しかし、山林については、いまだにほとんど手つかずという状態であると思います。上北山村は全面積の97%が森林であるとホームページに出ております。

非常に広大で、全体把握は本当に大変なことは

理解をしております。ただ、村の存続、人口問題に対しさまざまな取り組みがなされる際に、住宅に接する山林の境界線、あるいは所有者が明確でなければトラブルのもとになりかねません。

現在大きなトラブルになっていると聞いておりませんが、せめて村民の住宅地域に接している山林の境界線については、今のうちに調整を進めていただきたいと思います。

防災会議は法定会議という位置づけだと思いが、災害が起きてからではなく事前に予見可能な災害に対して対応策を検討していただくことになると思います。

前回は書面によって会議を進められたということでありますが、議題第1号の中に防災計画の策定が書かれておりますので、粛々と進めていただいたらと思います。

文化財の保護審議会については、教育委員会の諮問機関ということですので、長期間開催していいような記憶があるのですが、諮問すべき対象があると記憶しています。今後の開催予定などを回答していただければと思います。

■教育長

平成25年を最後に開催できておらず、またコロナ禍もあつたため長期間開催できていませんでしたが現在調整をしております、来年度早々には新しいメンバーで開催をしていきたいと思っております。

■岩本議員

平成25年から開催できなかった経緯を聞かせていただけですか。

■教育長

前回、令和2年に開催しようとした際に、委員長が亡くなり、その後コロナ禍

に入ってしまった。また、令和7年度は春に委員の調整を行い、秋口に開催する予定でしたが、委員の招集がうまくいかなかったため、新たに委員を任命し、令和8年度の5月から6月で開催を予定しています。

■岩本議員

問 生成A-1の活用について

最近、インターネット上のみならず、普段の生活にも生成A-1が深く関与してきています。NHKのニュースの後半部分は、基本的にA-1によるアナウンスに変わりましたし、ホテルのフロントでは通訳ソフトが大活躍しております。生成A-1関連の企業は更なる利便性を提供するためにしのぎを削っているというのが現状です。

総務省のホームページでも自治体における生成A-1の導入に向けて、導入ガイドブックを出しています。

それによると、すでに様々な業務において生成AIが活用されている事例が見られます。例えば、議事録の作成、職員業務実態の分析・可視化、介護予防、道路管理システムなど今まで職員さんたちの時間を奪っていた様々な分野での業務を代わってやってくれる、つまり業務の効率化などによる人手不足の解消にもつながると思います。上北山村では現状、どのように取り組んでいるのでしょうか。

**答 村長**

本村における業務の効率化については、これまでも各業務分野の特性に応じ、専用の業務システムを導入し、定型的な事務処理の効率化や職員の負担軽減を図ってきたところです。具体的には、議事録作成においては、音声文字起こしや音声認識システムを活用しております。条例や規則

等の制定改正といった年金事務につきましては、システムを用いて情報管理や新旧対照表の作成等を行っています。

また、職員の給与計算や人事管理の管理につきましては、人事給与システムを導入し、データの一元管理や事務処理の効率化を図っています。これらの既存の業務システムは、あらかじめ定められたルールに基づき処理を行うものであり、いわば定型業務の自動化を目的とした仕組みです。

これに対し、近年注目されている生成AIは、文章の要約や構成案の作成、複数の情報の整理など、これまで人が行ってきた思考補助的な業務を支援する技術であり、従来の業務システムとは役割や性質が異なるものと認識しています。

このような技術の進展を背景に、近年、生成AIは民間分野を中心に急速に活用が進んでおり、国におい

ても、自治体における導入の考え方や活用事例を整理した資料が示されるなど、行政分野においても活用の検討が進められているところです。

本村においては、昨年10月に職員を対象とした生成AI研修を実施し、生成AIの基本的な仕組みや活用の可能性、情報セキュリティ上の留意点等について共有したところです。現時点では、庁舎内の業務について生成AIを組織的に正式に導入している状況ではなく、業務での本格的な活用には至っておりません。

現状では、一部の職員が個人の判断により情報収集や文章構成の参考などに活用している程度にとどまっています。今後は、文章作成補助や業務の整理可視化など、定型的補助的な業務を中心にAIの活用を検討

することで、職員の負担軽減や業務の効率化、人手不

足対策につながる可能性があるものと考えています。

一方で、個人情報や行政内部情報の取り扱い、情報の正確性、誤情報の混入リスクなどの課題もあることから、情報セキュリティや個人情報保護に十分配慮した上で、国の動向や他自治体の先行事業も参考にしながら、来年度以降の活用も視野に入れ、段階的な活用のあり方を検討してまいります。

**■岩本議員**

行政において生成AIの活用というのはどんどん進んでいくと思います。業務が効率化されるというプラスの面が随分ある一方で問題点もあります。それは生成AIを通じて文章を作った途端にサーバーに送られて、我々の実態が丸裸になるということです。

選挙においても、明らかに他国から生成AIでつくられた偽情報がどんどん出

てきているという状態になっていくそうです。

非常に怖いなと思っておりましたが、村長の答弁でもじっくり構えて、必要なところに必要なAI使っていくのだろうと思います。

もう一点、AI化が進み過ぎると雇用にかなり問題が出てくると思います。人手が要らなくなることがいいことかというところ、また問題で、人口減少に追い打ちをかけるようなことが起きても困るという心配もあります。こちらは村長の答弁をいただくのではなく、個人的な危機感がありますので、その辺を含みおきただけならばと思い質問をさせていただきます。

ありがとうございます。

令和8年4月1日付  
人事異動

※（）内は前課・職

課長級

■教育委員会 次長

廣野 哲也

(住民課 主幹)

主幹級

■住民課 主幹

小西 隆

(総務課 主幹)

■総務課 主幹

中岡 宏太

(総務課 主査)

主査級

■企画政策課 主査

大西 俊行

(県出向)

■総務課 主査

下垣内 恵亮

(教育委員会 主査)

主事補級

■建設課 主事補

山本 元太

(企画政策課 主事補)

■教育委員会 主事補

大西 卓喜

(建設課 主事補)

奈良県フォレスト

■建設課

西田 章恵

奈良県からの診療所派遣職員

【赴任】

■診療所 所長

藪本 昂平

やまゆり学園

【着任】（）内は前勤務先

教員 佐藤 大介

(新規採用職員)

教員 栗光 紘子

(新規採用職員)

【転出】（）内は転出先

教員 廣橋 虎一

(吉野さくら学園吉野中学校)

教員 小野 瑞季

(飛鳥小学校)

令和8年3月31日付退職者

■教育委員会 次長

安田 貴生

■総務課 主査

大森 慶子

■保健福祉課 保健師

古畑 八雲

令和8年度  
奈良県併任職員を  
紹介します



建設課に配属されました西田章恵と申します。

主に森林・林業に関する業務に従事いたしますが、村の文化や教育にも興味がありますので村民のみなさんにいろいろと教えていただきたいなと思っています。よろしくお願いいたします。

小学校入学祝いとして子ども  
子育て支援金を支給しました

上北山村では人口減少が進行し、少子高齢化が進んでいます。人口の減少により村の活力が低下し、若者の減少は村の存立にまで関わってきます。

村では、村民がより暮らしやすい生活を送れるように、様々な制度を用意しており、小学校の入学時に子ども子育て支援金を支給しています。



# 「やまゆり学園」入園式・入学式



4月8日(水)、やまゆり学園において入園・入学式が行われました。

やまゆり保育園に2名、やまゆり学園に3名が入園・入学しました。

式では、国歌・校歌斉唱の後、入学園児・児童の氏名点呼があり記念品が贈られました。

村長をはじめとする来賓の方々の祝辞のあと、在校生を代表して島津江惣真くんから歓迎の言葉が述べられました。また、職員・児童・園児から歓迎の歌が贈られました。



## 村の出来事 Topics

### 戦没者招魂祭

4月13日（月）、戦没者招魂祭が小椽忠魂碑でしめやかに執り行われました。  
ご遺族をはじめ、村長、議長、関係団体の代表等が参列し、戦没者に対して追悼の誠を捧げました。  
式典では、村長の祭文奉納に続き、来賓および遺族会会長が追悼の辞を述べ、参列者による焼香が行われました。



### 村民の皆さまへお願い

## 第11回大台ヶ原マラソンinかみきた 2026年5月10日（日）8:00スタート

選手のみなさんの応援をしませんか？

大台ドライブウェイは通行規制を設けませんので、いつでも通行可能です。

駐車スペースがあり応援しやすい地点は、スタート地点・辻堂分岐・経ヶ峯・ゴール地点です。

ぜひ、お誘い合わせの上、お越しください。



## 第22回ヒルクライム大台ヶ原since2001 の開催が決定しました！！

「第22回ヒルクライム大台ヶ原since2001」の開催が決定しました。

受付：9月12日（土）、競技9月13日（日）



大会の成功に向けて、みなさんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

選手の皆様より「村民の方の応援が力になった」という声がたくさん寄せられています。

大会当日の応援へのご協力もよろしくお願いいたします。

### お問い合わせ

ヒルクライム大台ヶ原事務局（役場企画政策課内） TEL：2-9007

## 住民課からのお知らせ

令和8年度の各納税通知書を下表のとおり発送します。

納期限内の納付をお願いします。

納期限までに納付が確認できない場合は、督促状を発送する他、納期限の翌日から延滞金が加算されます。

	(1)軽自動車税	(2) 固定資産税	(3)村民税・県民税・森林環境税(普通徴収分)
発送日	4月15日	5月15日	6月上旬
納期限	全期 4月30日	第1期 6月1日	第1期 6月30日
		第2期 7月31日	第2期 8月31日
		第3期 12月25日	第3期 11月2日
		第4期 令和9年3月1日	第4期 令和9年2月1日

### ■村税の納付は口座振替をご利用ください

口座振替納付は、指定の金融機関の口座から納期限の日に自動引き落としで納付する方法です。一度の手続きで翌年度以降も自動更新されます。

取扱税目：軽自動車税、固定資産税、県村民税

### ■便利な地方税お支払サイトのご案内

窓口に出向かず「いつでも・どこでも」納付ができるスマートフォン決済アプリや、クレジットカード、Pay-easy(ペイジー)など、便利な納付方法があります。詳細は地方税お支払サイトをご覧ください。

役場住民課 TEL 3-0223

## 令和8年度全国一斉「人権擁護委員の日」 特設人権相談所開設のお知らせ

上北山村では、村民の皆様の人権相談に応じるため、人権擁護委員による特設人権相談を実施しています。

「人権擁護委員の日（6月1日）」に面談による無料相談を実施します。

### 特設人権相談所を開設します。

日時：6月1日（月） 午前10時～正午まで

場所：上北山村振興センター2階会議室

※相談は無料・予約不要です。内容については、秘密を厳守します。

役場住民課 TEL 3-0223

## 年金だより

## 令和8年度国民年金保険料について

## 国民年金保険料の金額

令和8年度の国民年金保険料額は、「**月額17,920円**」です。

令和8年度の国民年金保険料額は、国民年金法第87条において17,000円とされていますが、平成16年度からの物価と賃金の変動に基づく令和8年度の保険料改定率「1.054」を乗じることにより、17,920円となりました。

## 便利でお得な納付方法をご利用ください

## ■口座振替（口座からの引き落とし）

口座振替を利用すると、金融機関等に行く手間と時間が省けます。

さらに、「早割（当月末納付）」や「前納」で納めると、保険料が割引されます。

※過去の納め忘れの保険料は、口座振替で納めることはできません。

※引き落とし日は月の末日ですが、土・日・祝日の場合は、翌営業日に引き落としとなります。



## ■クレジットカード納付

年金事務所に申し込み、継続的にクレジットカード会社から立替納付を行うものです。

さらに、「前納」で納めると、保険料が割引されます。

※過去の納め忘れの保険料および一部免除期間の保険料は、クレジットカードで納めることができません。

## ■電子納付

ページー、インターネットバンキング、スマートフォン決済等もご利用いただけます。

## 国民年金保険料の前納

国民年金保険料を前納する場合の期間及び納付すべき額について、厚生労働省告示（令和8年厚生労働省告示第35号）により定められました。

現金・クレジットカード納付で保険料を前納した場合、毎月払いと比べて2年前納なら16,010円、1年前納なら3,820円、6カ月前納でも870円の割引になります。

また、口座振替制度を利用して保険料を前納した場合、毎月払いと比べて2年前納なら17,370円、1年前納なら4,510円、6カ月前納でも1,220円の割引となり、大変お得です。

口座振替・クレジットカード納付には、次の方法があります。

- (1) 2年（4月～翌々年3月分）分の前納
- (2) 1年（4月～翌年3月分）分の前納
- (3) 6カ月（4月～9月分、10月～翌年3月分）分の前納
- (4) 毎月（早割）※口座振替のみ
- (5) 毎月（割引なし）

お申込み・お問合せ：「ねんきんダイヤル」

**TEL:0570-05-1165**

※050から始まる電話番号でおかけになる場合は**03-6700-1165**  
お問い合わせの際は、基礎年金番号がわかるものをご利用ください。

〈受付時間〉

月曜日 午前8:30～午後7:00  
火～金曜日 午前8:30～午後5:15  
第2土曜日 午前9:30～午後4:00

**URL:<https://www.nenkin.go.jp>**

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。

## 令和8年度奈良県広域消防組合 消防吏員採用募集案内【前期】

～特別な試験対策は不要！～

従来の教養試験を廃止し、基礎的な知能や適性を測る「SCOA(総合適性検査)」を導入。部活動や仕事で忙しい方も受験しやすくなりました。

「人の役に立ちたい」「地元で働きたい」そんな思いを、仕事にしてみませんか？

■募集職種  
 消防吏員

■資格条件  
 18歳以上30歳未満



■申込方法

令和8年5月上旬ごろ、当組合ホームページにて受付開始予定

■採用ページ

<https://www.naraksk119.jp/saiyou>



問い合わせ

奈良県広域消防組合消防本部人事企画課人事係

TEL : 0744-20-1119

## 2026年度 国家公務員 採用一般職試験(高卒者試験)日程等

■試験の区分

事務、技術、農業、農業土木、林業

■受験資格

- ①2026年4月1日において高等学校又は中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない者及び2027年3月までに高等学校又は中等教育学校卒業見込の者
- ②人事院が①に掲げる者に準すると認める者

■申込受付期間

インターネットにより申し込んでください。  
 6月12日(金)～6月24日(水)(受信有効)

■第1次試験日

9月6日(日)

■近畿管内第1次試験地

京都市、大阪市、神戸市、奈良市、和歌山市

◎受験案内は5月7日(木)からホームページに掲載します。

(H・P)「国家公務員試験採用情報NAVI」

(<https://www.jinji.go.jp/saiyo.html>)

問合わせ先

人事院近畿事務局 〒553-8513 大阪市福島区福島1-1-60  
 (TEL) 06-4796-2191 (第二課試験第二係)

令和8年5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	5月12日[火] 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切 5月7日(木)	奈良県眼科医会
精神科に関する健康相談	5月12日[火] 午後4時～5時	予約必要 ※受付締切 5月7日(木)	奈良県医師会 精神々経科部会
整形外科に関する健康相談	5月19日[火] 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切 5月18日(月)	奈良県医師会 整形外科部会
内科疾患に関する健康相談	5月21日[木] 午後2時～3時	予約必要 ※受付締切 5月20日(水)	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**

## 上北山村出身者等温泉利用優待券について


令和8年4月より、上北山村出身者を始め、村に所縁のある方が上北山温泉「薬師湯」を大人500円、小人250円で利用できる「上北山村出身者等温泉利用優待券」を発行します。申請日時時点で住民基本台帳に登録されている村民の方であればどなたでも申請できますので、ぜひご利用ください。

### 【交付対象等】

- (1) 交付方法 申請書を企画政策課へ提出
- (2) 交付回数 1年度内に村民1人1回の申請まで（村民1人につき優待券を10枚交付）
- (3) 有効期間 優待券交付年度の3月30日まで
- (4) 使用方法 優待券を村外に出られたお子様や所縁のある方にお渡しいただき、入浴券購入前にフロントに提示してください。

※お問い合わせ先：上北山村役場企画政策課 07468-2-0002

(表面)

上北山村出身者等村内誘客促進事業優待券  有効期間 年3月30日まで  ※入浴券購入前に本券をフロントに提示して下さい。 上 北 山 村	ご利用時に○を付けて下さい。 大人 ・ 小人  
--	--

(裏面)

《 ご 利 用 案 内 》  (1) 上北山温泉「薬師湯」に限り有効です。 (2) 入浴券購入前に本券を提示してください。 本券1枚につき 大人は500円、小人は250円で入浴できます。ただし、1枚につき1人の利用となります。 (3) 本券と他の割引券等との併用はできません。	【問い合わせ先】 上北山村企画政策課 TEL 07468-2-0002
---	--

「しんじちちは保健師です」

■ 今回のテーマ

春は知らないうちに  
自律神経が乱れやすい？



春は、桜が咲き、暖かくなり、活動的な気分になる一方で、「なんとなくだるい」「疲れが取れない」「気分が落ち込む」「頭痛やめまいがする」など、体調不良を感じる方も少なくありません。

その原因の一つに「自律神経の乱れ」があります。自律神経は、私たちの体のあらゆる機能を調整する重要な役割を持っており、そのバランスが崩れると心身にさまざまな影響を与えます。

特に春は、気温や気圧の変化、新生活のストレスなど、さまざまな要因が重なり、自律神経が乱れやすい時期です。春に自律神経が乱れる理由、その影響、そしてバランスを整えるための具体的な方法を紹介していきます。

自律神経とは

自律神経は、交感神経(活動モード)と副交感神経(リラックスマード)の2つがあり、この2つのバランスが取れていることで、心身の健康が維持されます。しかし、春は次のような理由で、このバランスが崩れやすくなります。

- ① 気温や気圧の変化が激しい  
春は、日によって寒暖差が大きく、朝晩と昼の気温差が10℃以上になることもあります。また、低気圧と高気圧が交互に訪れることで、体が環境の変化に適応しよつと自律神経が過剰に働き、疲労が溜まりやすくなります。
- ② 環境の変化によるストレス  
新年度のスタートとともに、新しいルールに適応し

よつとすることで、知らず知らずのうちにストレスを抱え、それが自律神経の乱れにつながります。

③ 日照時間の変化

冬から春にかけて、日が長くなることで、体内時計が乱れることがあります。体内時計の変化は、ホルモンバランスに影響を与え、睡眠の質が低下したり、疲れがとれにくくなったりする原因となります。

④ 花粉症による影響

春は花粉症の季節でもあります。鼻づまりや目のかゆみ、くしゃみなどの症状が続くと、睡眠不足やストレスが増加し、自律神経のバランスが崩れる原因になります。さらに、花粉症の薬の影響で、日中の眠気を感じやすくなることもあります。

自律神経を整えるために

「ゆっくり」を意識して、副交感神経を活性化しよう

自律神経のバランスを整えるためには、副交感神経を優位にすることが重要です。副

交感神経を活性化するためには、日常生活で意識するポイントを紹介します。

① ゆっくりとした動作を心がける

忙しく動き回ると、交感神経が活発になりすぎてしまいます。食事をゆっくり味わう、歩くスピードを少し遅くする、深呼吸を意識するなど、小さなことから始めてみましょう。

② めるめのお湯に浸かる

熱すぎるお湯は交感神経を刺激してしまつため、38〜40℃程度のぬるめのお湯に10〜15分程度浸かるのが理想的です。入浴後はゆつたりした時間を過ごし、副交感神経を高めましょう。

③ 深呼吸やストレッチを取り入れる

寝る前に軽いストレッチをすることで、緊張が解け、リラックスした状態で眠りにつきやすくなります。

また、「ゆっくり」息を吸い、長く吐く深呼吸を行うことで、リラックス効果が高まります。

交感神経が急に高まったときにできる対処法

急なストレスや緊張で交感神経が高まったときには、次の方法を試してみてください。

- ・ 深呼吸をする(鼻からゆっくり息を吸い、口から細く長く吐く)
- ・ 肩の力を抜く(肩を上げてスツンと落とす)
- ・ 軽くストレッチをする(筋肉の緊張をほぐす)
- ・ ゆっくり歩く(焦らずゆつたりとした動作を意識する)

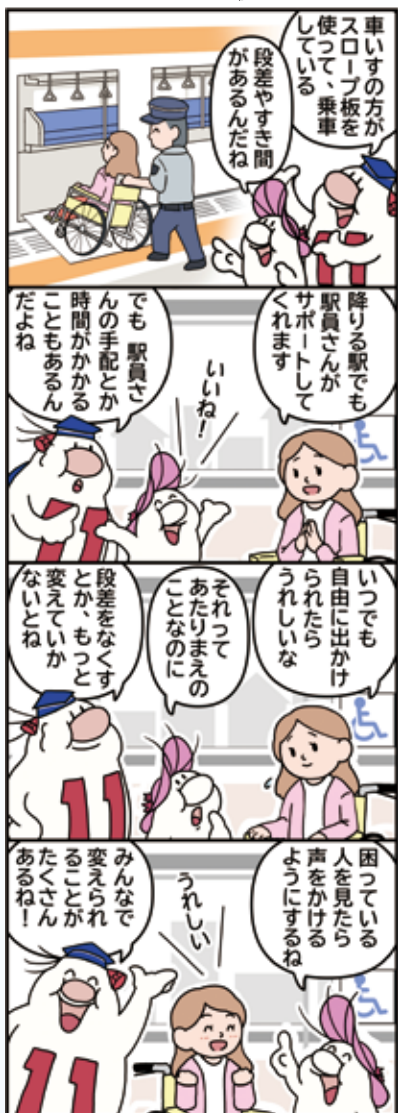
自律神経を整えて、春の不調を予防しよう

春は、自律神経が乱れやすい季節ですが、生活習慣を整えることで、バランスを取り戻すことができます。

「ゆっくり」を意識し、食事・運動・睡眠のバランスを大切にしながら、心と体をリラックスさせる時間を増やしていきたいましよう。

この春は、自律神経をケアしながら、心身ともに健やかに過ごしてみましよう。

# てんいち先生



## 令和8年春の交通安全運動 啓発活動の実施

4月6日（月）から15日（水）までの10日間、春の全国交通安全運動が実施されました。

本村では同月9日（木）、早朝より道の駅（総合案内センター）前の国道169号において村交通安全協会役員及び吉野警察署員の方々により通行車両に対して、啓発物品の配布及び安全運転の呼びかけが行われました。

安心、安全な地域づくりの為に、一人一人が交通ルールを遵守し、安全運転を心掛けましょう。



## 自動車税の納期限は 6月1日(月)です

自動車税は、毎年4月1日現在の所有者（割賦販売などの場合は使用者）に課税されます。

必ず納期限までに納付してください。納期限を過ぎると延滞金が加算されます。

金融機関の窓口のほか、コンビニ、ペイジー、スマートフォン決済アプリケーション、地方税お支払サイト (<https://www.payment.eltax.lta.go.jp/>) でも納付ができます。詳細につきましては、納税通知書に同封のチラシをご覧ください。

運輸支局での住所変更手続きが遅れている等の理由により、自動車税納税通知書が届いていない場合は、奈良県自動車税事務所 自動車税第一課（TEL：0743-51-0081）へご連絡ください。

※住所を変更された方や県外ナンバーの自動車をお持ちの方は、運輸支局ですみやかに変更登録の手続きをしてください。

### 税・保険料の納期限

**【4月30日】**

- ・軽自動車税 第1期
- ・介護保険料 第1期

納期限までに納めましょう。  
便利な口座振替もご利用ください。

### 村のようす

世帯数	267	(-8)
人口	400	(-10)
男性	211	(-7)
女性	189	(-3)
面積	274.22	km <sup>2</sup>

令和8年4月1日現在