

のせがわ

広報

広報のせがわ

7

2024
Vol.555



南吉野支部結団式



5/24

伯母子岳を登りました！（野迫川小中学校・春の遠足）

5月24日（金）、野迫川小中学校1年生から7年生までの11名は先生たちと春の遠足に行きました。今年度は地元・野迫川村の伯母子岳への登山です。天候は暑すぎず雨もなく絶好の登山日和で、児童・生徒たちは大股登山口から登りはじめました。最初のつづら折れの坂道がんばって登りきると、萱小屋です。そこでひと休みし、歴史ある小辺路を歩きました。途中お弁当時間をはさんで山頂を目指し、伯母子岳では大迫力の絶景を見ました。みんな無事に下山でき、春の遠足は充実した1日となりました。



5/31

小中学校ゲートボール交流

5月31日（金）、ふれあい広場においてゲートボールクラブとのゲートボール交流を開催しました。

今年度は前期課程3年生から6年生の児童との交流で、3年生は、スティックの持ち方、打ち方などの指導を受け、練習をしました。4、5、6年生の5名はそれぞれでボールを使って第1ゲートから第2ゲート、第3ゲートと順番にゴールまで進めていく練習をしました。ボールが思うように進まず、第1ゲートの通過までに時間のかかる児童もいましたが、通過後はコート内で距離や方向を確認しながらボールをゴールまで進めていくことができました。

地域の方と小中学校との交流の場として今年度も実施していく予定です。



6/5

郷土料理研究会調理実習

6月5日（水）、郷土料理研究会では調理実習を行いました。セリやヨモギ、タコナ、コゴミなどの山菜の天ぷらやフキの混ぜご飯、ヨモギ餅、そうめんのすまし汁の初夏を感じさせる献立となりました。

【献立】

- ①たけのことタコナの山椒みそ和え
- ②セリの牛肉炒め
- ③フキの混ぜご飯
- ④そうめんのすまし汁
- ⑤山菜の天ぷら（ヨモギ、タコナ、コゴミ、じゃがいもの花、タラノメ、コシアブラ、セリ、かき揚げ）
- ⑥ヨモギ餅



【持ち寄りの山菜】

6/8

救命講習を開催しました

6月8日（土）に北股地区で奈良県広域消防野迫川分署による救命講習が行われました。みなさんは救急車を呼んだ時、どれくらいの時間で到着するかご存知ですか？全国の間では現場に到着するまでに約 10.3 分、病院に到着するまでに約 47.2 分かかっています。わが村ではこれ以上に時間がかかります。

救急隊が到着するまでのあいだ、そばに居合わせた人が救命処置を行うことで、倒れた人のその後の回復が大きくかわります。

いざその時にどこをみればいいのか、どうすればいいか、なにが必要かを奈良県広域消防組合野迫川分署の講師の方々に教えていただき、実際にやってみることができました。

北股地区のみなさま、お忙しいところお集まりいただきありがとうございます。

今後、出来る限り全ての地区で実施をしていきたいと考えています。ご協力のほどよろしくお願いいたします。



6/19

第30回奈良県消防操法大会出場 南吉野支部結団式

8月24日に行われる第30回奈良県消防操法大会に、南吉野支部を代表し、野迫川村消防団から5名の選手が出場することとなりました。

6月19日に結団式が執り行われ、野迫川村議会議長をはじめとする来賓の方々や奈良県広域消防組合野迫川分署長・十津川村・野迫川村の両消防団の役員等が選手たちを激励しました。

選手を代表し、本部分団の宮村団員が選手宣誓を行い、選手・団員が一丸となって8月の大会に臨む決意を新たにしました。

なお、出場する選手及び教官は以下のとおりです。

選手 小西 達也 竹森 会渡 廣畑 直人
南 圭太 宮村 淳平 (五十音順)

教官 奈良県広域消防組合野迫川分署 全8名



村長挨拶



西田議長挨拶



杉谷団長挨拶

診療所からのお知らせ

令和6年8月 診察予定表

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
					1日	2日
担当医師					休 診	谷本陸医師
受付	午前					8:30 ~ 11:30
時間	午後					13:00 ~ 16:30
送迎	午前					平~弓手原
地区	午後					
		5日	6日	7日	8日	9日
担当医師		辻本凌悦医師	辻本凌悦医師	休 診	★歯科診療	谷本陸医師
受付	午前	8:30 ~ 11:30	8:30 ~ 11:30			午前休診
時間	午後	13:00 ~ 16:30	13:00 ~ 16:30		寶達照樹医師	13:00 ~ 16:30
送迎	午前	立里・上垣内・北股	今井~上		9:30 ~ 11:30	
地区	午後		池津川			
		12日	13日	14日	15日	16日
担当医師		休 診	辻本凌悦医師	休 診	休 診	谷本陸医師
受付	午前		8:30 ~ 11:30			8:30 ~ 11:30
時間	午後		13:00 ~ 16:30			13:00 ~ 16:30
送迎	午前		今井~上			平~弓手原
地区	午後		池津川			
		19日	20日	21日	22日	23日
担当医師		辻本凌悦医師	辻本凌悦医師	休 診	★歯科診療	谷本陸医師
受付	午前	8:30 ~ 11:30	8:30 ~ 11:30			8:30 ~ 11:30
時間	午後	13:00 ~ 16:30	午後休診(出張診療)		寶達照樹医師	13:00 ~ 16:30
送迎	午前	立里・上垣内・北股	今井~上		9:30 ~ 11:30	平~弓手原
地区	午後					
		26日	27日	28日	29日	30日
担当医師		辻本凌悦医師	辻本凌悦医師	休 診	休 診	谷本陸医師
受付	午前	8:30 ~ 11:30	8:30 ~ 11:30			8:30 ~ 11:30
時間	午後	13:00 ~ 16:30	13:00 ~ 16:30			13:00 ~ 16:30
送迎	午前	立里・上垣内・北股	今井~上			平~弓手原
地区	午後		池津川			

内科・外科診療：月曜日、火曜日、金曜日（祝日を除く）

歯科診療：第2木曜日・第4木曜日の午前中のみ（祝日を除く）

ご不明な点がございましたら診療所までお問い合わせ下さい。

※受付時間厳守をお願い致します。

●お問い合わせ先● 国民健康保険診療所 TEL：0747-37-2202

のせ川 お口の健康だより

元気な方が寝たきりや介護を必要とするようになるまでの途中の段階をフレイル（虚弱）と呼びます。この段階で気をつけて予防をすれば元気に長生きができると考えられます。

元気高齢者 → フレイル（虚弱） → 介護が必要に

このフレイルになり始めるときにお口の動きが悪くなってきます。見落とさないように。
歯や口の動きが悪くなると・・・

低栄養になりやすい



噛む力の低下や、飲み込む機能が衰えて、食事量が減り、十分な栄養がとれなくなります。

滑舌が悪くなる

舌の動きが悪くなり、発音や会話に支障をきたし、人との交流を避けて、家に閉じこもりがちになります。



お年をめされてからもいつまでも元気で介護状態にならないために次の「3つの柱」が大切になってきます。

健康で長生きするための『3つの柱』



お口の点検、入れ歯の点検はとっても大切です！！

野迫川村歯科医師 正田農夫

木造住宅無料耐震診断の募集

●対象住宅

- ①野迫川村に住民票を有する世帯員が所有する住宅でかつ現に居住している住宅
 - ②階数が2階以下（地下を除く） ③木造住宅 ④昭和56年以前に建築された住宅
 - ⑤延べ床面積が250㎡以下
- ※借家は対象外となります。

●募集件数 1件

●募集期間 令和6年7月16日（火）～令和6年7月31日（水）

※応募多数の場合は抽選により決定します。



●お問い合わせ先●

建設課 TEL：0747-37-2101

※耐震診断を受ける前に必ず申し込み手続きをして下さい。

地域振興券の使用期限が迫っています

村民の皆様へ配付した地域振興券の使用期限は8月31日（土）までとなっております。期限を過ぎてからの使用、再発行は出来ませんのでお早めの使用をお願いします。

●お問い合わせ先● 産業課 TEL：0747-37-2101



保健師

ゆるっと

ワタナベの健康コラム

熱中症、予防

これから暑くなります！熱中症を予防しましょう！！

- 家の中で**
 - ・ 温度計をみて28度を超えないように部屋を涼しく（自分の感じる温度ではだめです）
 - ・ すだれ、打ち水で部屋を涼しく
- 家の外で**
 - ・ 暑い時間はなるべく外に行かない、出ても短時間で
 - ・ 外に出るなら日傘や帽子を使用する
 - ・ 涼しい衣服で出かけましょう
- 水分補給**
 - ・ 家の中でも、外でも、水分はしっかりととりましょう

このような症状がでたら要注意です！！

- ◎めまいや顔のほてり ◎筋肉痛や筋肉のけいれん ◎体のだるさや吐きけ
- ◎大量の汗がでる ◎体温が高い、皮膚が赤く乾燥している
- 涼しい場所に避難して、衣服をゆるめてからだを冷やす
- 自分で飲めるときは水分摂取する、飲めないときはむりに飲ませない

こんなときは迷わず 119番 へ！！

- ◎呼びかけに反応しない、自分で水を飲むことができない
- ◎まっすぐ歩けない、震える、おかしい返答をする
- ◎症状が良くならない、悪くなっている



あついなつをげんきにのりきろう！！



ふるさとの味紹介 フキの煮物

フキが持っている苦みや香りには、抗酸化作用があると言われており、免疫力を高める効果が期待されます。フキを選ぶ場合には、葉がみずみずしくて色鮮やかな緑色のものの方がいいでしょう。

材料（4人分）

フキ	300グラム
だし汁	1.5カップ
砂糖	大さじ1
みりん	大さじ1
しょうゆ	大さじ3



作り方

1. フキは沸騰したお湯で5分ほどゆでる
2. 皮をむき、5cm位に切りそろえる
3. 鍋にだし汁を煮たてて、フキを入れて柔らかくなったところへ砂糖、みりん、しょうゆを入れて弱火で煮る

【ワンポイント】

- ・ジャガイモやタケノコと一緒に炊いてもよい
- ・フキは、皮をむいて一晩水にさらし、あくを抜いておく
あくが強いので、よくあく抜きをしておくこと
- ・皮をむくとき、細いすじも丁寧に取り除くと美味しく仕上がる

国民年金保険料免除等の申請について

保険料が納め忘れの状態で、万一、障害や死亡といった不測の事態が発生すると、障害基礎年金や遺族基礎年金が受けられない場合があります。

所得が少ない、失業、事業の廃止（廃業）などの理由で保険料を納付することが困難な場合には、保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「納付猶予制度（50歳未満）」がありますので、年金事務所または役場住民課まで相談ください。

●お問い合わせ先●

大和高田年金事務所 TEL：0745-22-3531
住民課 TEL：0747-37-2101



第28回奈良県高齢者いい歯のコンクール募集要項

- 1 **応募資格** 奈良県在住の70歳以上で歯の健康な方(若干の欠損歯、かぶせ等可)
- 2 **応募方法** 官製ハガキに『郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、生年月日、性別、年齢』を明記し、
〒630-8002 奈良市二条町2丁目9-2
奈良県歯科医師会・高齢者いい歯のコンクール係 迄
- 3 **応募期限** 令和6年7月10日(水)～令和6年8月31日(土)まで(当日消印有効)
先着120名
- 4 **審査および表彰**
日時 令和6年10月10日(木) 正午 ～ 午後4時30分
場所 奈良市二条町2丁目9-2 奈良県歯科医師会館
※8020達成者には認定証が授与され、最優秀者には後日、知事より賞状が授与されます。
- 5 **主催** 一般社団法人奈良県歯科医師会
共催 奈良県
後援 一般財団法人奈良県老人クラブ連合会
公益財団法人8020推進財団
- 6 **昼食はお済ましの上、ご参加下さい。**



●お問い合わせ先● 県歯科医師会 TEL: 0742-33-0861

令和7(2025)年度 南奈良看護専門学校 学生募集

南奈良看護専門学校では、令和7年度学生を募集します。今回の募集から成績により授業料が免除となる「特待生制度」の創設など入試について見直しを行いました。詳細はホームページをご覧ください。 [受験案内南奈良](#) [検索](#)

入試日程

試験区分	出願期間	入学試験日
指定校推薦	令和6年10月18日(金)～ 同年10月25日(金)	令和6年11月 2日(土)
公募推薦 社会人	令和6年11月11日(月)～ 同年11月22日(金)	令和6年11月30日(土)
一般	令和6年12月19日(木)～ 令和7年 1月10日(金)	令和7年 1月22日(水)

※いずれの試験区分で受験しても特待生の対象になります。

●お問い合わせ先● 南和広域医療企業団 南奈良看護専門学校 入試担当

TEL: 0747-54-5061



村の語り部たち

第八回（最終回） 野迫川村の新しい船出

「明治21年野迫川村が誕生し翌年村制が布かれた。今から135年前のこと、村の古老に尋ねても当時のことは何もわからず。仕方なく『村史』を紐解いてみると、初代村長は十津川出身の千葉林蔵氏とあった。といっても林蔵氏はそれまでの郡の戸長からの引継ぎでありわずか2か月の仮の村長にすぎなかった。まず村会議員が選挙で選ばれ、次いで村長が選ばれた。初代の村長は林栄次郎であった。私から数え6代前にあたる栄次郎は、前回の文平の長男である。当時の村の様子はどうだったのであろうか、想像しただけでもワクワクしてくる。誰もが経験したことのない制度が次々と生まれ、流れの中に放り込まれた村の人たちが右往左往しているさまが見えてくる」

今回も前回と同じ林収作氏に話を伺いました。

「第一歩を踏み出したこの年、野迫川村に大事件が勃発。世にいう『十津川水害』である。8月18日から三日三晩とてつもない豪雨が南吉野を襲った。土石流があちこちで川をせき止め、それが巨大なダム湖となり、多くの人家をのみ込んだ。さらにまたそのダム湖が決壊して下流まで被害を及ぼし多くの人が犠牲となった。野迫川村もまた大きな被害を被った。各集落で山崩れが発生し、土砂で押しつぶされた家屋の下敷きになってしまった。当時の沢垣外の集落が壊滅状態となり、のちに他の地区への移住を余儀なくされるほどの豪雨だった。この時、村長と村人は一致団結して復旧に当たったと聞いている。死者は27人にものぼり、そのほとんどが山崩れにより家がつぶされての圧死であった。十津川村の被害はさらに甚大で死者168人、全戸の4分の1に当たる家が破壊されたのである。もはや復旧は困難となり、2700人も多くの村民が北海道の新十津川村へ集団で移住することとなった。一方五条（現・五條市）とのつながりが深かった立里鉦山の文平は十津川村の惨状を聞き、すぐさま崩れた道を迂回し、架線を張って川や谷を越えながら、幾日も要して米10石を十津川まで運んだそうだ。自分の村も大きな被害を受けているというのに隣村を助けようというその男気に対し、十津川の人々は感激し感謝状を贈った。これを以前に見たことがある」

災害に立ち向かい、新しい世を切り開いた明治の人たちは強い意志と気骨にあふれた人たちだったのだろう。野迫川村が生まれ、各人それぞれの苗字も付き、学校も建ち、すべてが手探りの状態で新しい世を切り開く。エネルギーに満ちた村の様子が浮かんでくるような気がする。

文 中西 章（池津川）

※本文は漢数字の統一、地名の補足以外は原文をそのまま掲載しています。詳細については諸説あります。

今回で「村の語り部たち」は終了します。ご愛読ありがとうございました。



村の最新情報はここから



X (旧 twitter)



facebook



instagram

村内サービスのお知らせ

▼お買い物バス運行中

(※行き先が一部変更になりました!)



コース	運行日	行き先
野川コース	第1、第3火曜日	イオン五條店
弓手原コース	第2、第4火曜日	スーパーセンターオークワ橋本店

※前日までに要予約 (先着8名) / 料金：無料

●お問い合わせ先●

産業課 TEL：0747-37-2101

▼配食サービス実施中

65歳以上の希望者へ毎月第2・4木曜日に手作りお弁当を配達しています / 料金：1食300円

●お問い合わせ先●

社会福祉協議会 TEL：0747-37-2941

▼福祉有償運送サービス運行中

病院・施設への送迎の他、買い物や散髪等の日常生活に関する目的のために利用できます / 要支援・要介護認定者など、利用対象者に制限があります (詳しくは村社協まで) / 料金：初乗2kmまで300円、その後1kmごとに20円ずつ加算

●お問い合わせ先●

社会福祉協議会 TEL：0747-37-2941



約三千発の打上花火が夏の夜空に舞う！

これより
平維盛の

大祭

令和6年
7月27日 土

PM 4:30～(雨天決行・警報中止)



これより
平維盛 歴史の里
奈良県吉野郡野迫川村大字平



出演アーティスト



河島翔馬 河島あみる 青柳万美

プログラム

PM4:30～ 御霊祭
PM5:00～ お楽しみイベント
PM5:30～ 燈花会
PM6:00～ 夜叉太鼓
PM6:30～ コンサート
PM8:00～8:30 花火大会

入場制限・駐車制限あり

※会場の入場者数及び駐車場の駐車台数が多数になる場合、入場を制限します。

お問合せ

平 維盛の大祭実行委員会事務局
TEL 0747-37-2101 FAX 0747-37-2107

●主催 野迫川村商工振興会・平 維盛の大祭実行委員会
●後援 野迫川村・五條市吉野郡内郵便局

村の人口／5月31日現在 [世帯数] 202戸 [人口] 325人(男162人・女163人)

[編集・発行] 奈良県野迫川村 TEL0747-37-2101 FAX37-2107

[印刷] (株)五條印刷所