



たかむち

町の人口

男 3,412人
女 3,765人
計 7,177人
世帯数 2,887戸
2015年5月末現在

No. 494

晴空のもと



田植えを体験!



6月22日(月)に、たかむち小学校5年生が小学校の圃場で田植えを体験しました。生徒たちは秋の収穫を楽しみに、生産者や地域の人たちの指導を受けながら、一束ずつ苗を植えていました。



育成小学校終幕式が行われました

6月6日（土）、旧育成小学校で、卒業生有志による終幕式が行われました。

模擬店やライブ演奏、そして最後の授業に、400名以上の方が参加しました。旧育成小学校はさまざまな年代の笑顔で満たされ、終幕のときを迎えました。



高取幼稚園で交通安全実地指導が行われました

5月22日（金）、高取幼稚園で、橿原地区交通対策協議会による交通安全実地指導が行われました。58名の園児と保護者の方々が対象に、命の大切さ、交通ルール、正しい道路の渡り方の指導が行われました。園児だけでなく、日頃送迎をされている保護者の方々も交通安全の重要性を学んでいました。



平成26年度体育功労賞

16名を表彰

5月30日（土）の高取町体育協会の総会で、全国大会に出場された方や長年体育協会理事として勤められた方を対象に高取町体育協会から「体育功労賞」として16名が表彰を受けられました。表彰を受けられたのは、次の方々です。

- ◎石田 凌聖
第45回日本少年野球選手権大会 優勝
- ◎米田 恭輔
JFAフットサルエンジョイ大会全国大会に出場
- ◎津澤 卓弥
JFAフットサルエンジョイ大会全国大会に出場
- ◎坂口 大誠
第87回選抜高校野球大会に出場
- ◎島田 櫻子
全日本バレーボール高等学校選手権大会 優勝
- ◎島田 美紅
全日本バレーボール高等学校選手権大会 優勝
- ◎辰巳 元気
第69回国民体育大会陸上少年男子やり投げ8位入賞
- ◎辻本 竜輝
はまなす杯第8回全国中学生空手道選抜大会 3位入賞
- ◎西田 清真
レスリング風間杯全国選抜大会に出場
- ◎藤川 和己
全国高等学校総合体育大会男子バレーボールの部に出場
- ◎的場 光弘
全国高等学校総合体育大会水泳（競泳）の部に出場
- ◎宮崎 こころ
全国高等学校総合体育大会女子バレーボールの部に出場
- ◎山本 竜輝
第17回全国オープンーナメント全日本ジュニア空手道選手権 準優勝
- ◎鷺尾 彩佳
全国高等学校総合体育大会スキーの部に出場
- ◎原田 一廣
長年にわたり高取町体育協会理事として勤められたため
- ◎西脇 弘子
長年にわたり高取町体育協会理事として勤められたため

「65歳以上の方へ」 介護保険料の 納め忘れに ご注意を

介護保険は、社会全体で介護の負担を支えあう制度です。

保険料を納める人の公平を確保するため、保険料の滞納がある場合には、滞納期間に応じて保険給付を制限します。（介護サービス利用時に、滞納状況に応じて保険の給付を制限するなど、不利益を受けます。）また、納期限が過ぎると督促手数料を併せた額での納付になります。忘れずに納めましょう。

介護保険料は

大切な財源です

みなさんが納める保険料は、介護保険の大切な財源になっています。介護が必要になった時に安心してサービスを利用できるように、介護保険料は必ず納めましょう。

介護保険料の納付は、

便利な口座振替で

近隣の取り扱い金融機関の窓口「口座振替依頼書」を常備しています。通帳と届出印をご持参の上、取り扱い金融機関でお申込ください。

○問い合わせ 福祉課

税務課からののお知らせ

☆7月は、国民健康保険税第1期分および
固定資産税第2期分の納期です。

国民健康保険税は4月1
日を基準として、7月に課
税となり、納税通知書は7
月中旬頃に郵送する予定です。
国民健康保険税第1期分
および固定資産税第2期分は、
7月31日(金)の納期限ま
でに納めていただきますよ
うお願いします。

※町税の納付場所(金融機
関の統廃合等により名称
が変更となる場合があります。
ます。)

①町役場内南都銀行派出窓
口および次の金融機関(本
支店)をご利用ください。
(順不動)

南都銀行、リソな銀行、
三菱東京UFJ銀行、近
畿大阪銀行、第三銀行、
近畿労働金庫、大和信用
金庫および奈良県農業協
同組合

②近畿2府4県の各ゆうち
よ銀行又は郵便局(なお、
近畿地方以外の納税者の
方は、別途「払込取扱票」
用紙をご利用されますと
全国の各ゆうちよ銀行又
は郵便局から払込めます。)

※なお、納期限後に納付す
ると、督促手数料および
納期限の翌日から納付日
までの日数に応じ、その
納付税額に延滞金を加算
した額での納付となりま
すので、ご注意ください。
さい。

◇問い合わせ 税務課



町税の納付は、
便利で確実な
口座振替で

近隣の取扱い金融機関
の窓口にて「口座振替依頼
書」を常備しています。
通帳と届出印をご持参の
上、取扱い金融機関でお
申込ください。

高取町総合型 地域スポーツクラブがスタート!!

5月7日(木)のヨガ教室の
開講から、キッズダンス教室、
ジュニアダンス教室、テニス教室、
バドミントン教室がスタートし
ました。健康な身体づくりや基
礎体力の向上、運動不足の解消
などを目的に100名の会員の
参加があり、多くの仲間と生き
活きとスポーツを楽しんでいます。

興味をお持ちの方はお問い合わせ
してください。

○総合型地域スポーツクラブには、
次のような特徴があります。

①複数のスポーツ種目がある。
②子どもから高齢者まで、いつ
でも活動することができる。

③活動拠点となるスポーツ施設
を持ち、定期的・継続的なス
ポーツ活動ができる。

④地域住民が主体的に運営する。
総合型地域スポーツクラブの
主役は、「地域」の住民の皆さ
んお一人おひとりです。「地域」
の皆さんで、育み、発展させて
いくのが総合型地域スポーツク
ラブです。皆さんふるってご参
加ください。

○問い合わせ 教育委員会事務局
0744(52)3715

ふれあい料理教室 参加者募集!!

夏休みにみんなで楽しくクッキング!
初めてでも大丈夫です。簡単に
できる料理を食生活改善推進員がご
紹介します。

- ◆とき 8月8日(土)
10時受付~14時
- ◆ところ リベルテホール 調理室
- ◆対象者 小学生とおとなのペア
(兄弟姉妹参加可)
- ◆定員 20組
- ◆参加費 1人につき 300円
- ◆持参品 エプロン、三角巾、あれば
お子さま用の調理器具等
- ◆申込 7月13日(月)~17日(金)
までに保健センターへお申込ください。
- ◆後援 高取町
高取町教育委員会

正社員の採用を ご検討ください

★事務的職業

求職者数1149人、
正社員求人数229人

【求人倍率0.20倍】

★工場内作業

求職者数496人、
正社員求人数304人

【求人倍率0.61倍】

※平成27年3月現在

※求人倍率とは、仕事を探して
いる人1人あたり何件の求人
があるかを示したものです。

これは、ハローワーク大和高
田を利用しての方のうち、正
社員で「事務的職業」、「工場
内作業」の仕事希望されてい
る人数です。

正社員として採用することで
より良い人材を将来にわたって
確保することができます。

また、求人募集の際に職場の
雰囲気や、実際の業務の様子など、
文字で伝えることが難しい情報
でも求人検索画面に事業所の画
像情報を掲載できるサービスも
行っています。

求人募集・紹介斡旋について
は左記まで。

◇問い合わせ

ハローワーク大和高田 求人・
企画部門

0745(52)5801 31#

てんいち先生



高取町ふるさと応援寄附金

平成26年度の「ふるさと応援寄附金」の状況をお知らせします。ご寄附に心から感謝します。

平成26年度の寄附金採納状況 37件 3,500,000円

- 分野別内訳
- ①公共施設整備のための事業 10,000円
 - ②地域福祉の向上に資する事業 2,010,000円
 - ③学校教育推進のための事業 20,000円
 - ④地域文化振興事業 1,300,000円
 - ⑤その他町長が必要と認める事業 160,000円

平成26年度の寄附金活用状況

ご寄附いただいた「ふるさと応援寄附金」は、高取町ふるさと応援基金に積立を行い、ご指定いただいた分野に関連する事業に活用させていただきます。

◎地域福祉の向上に資する事業

- 【高齢者予防接種に対する補助】 2,000,000円
- 【高齢者施策に対する補助】 656,000円

◎地域文化振興事業

- 【ふるさと夏まつりへの補助】 2,000,000円
- 【農業祭への補助】 50,000円

寄附者 ※寄附日順

- ◇ダイヤ製薬株式会社（奈良県） 100,000円
- ◇米田 和彦さん（奈良県） 100,000円
- ◇賃貸セジュール高取（奈良県） 10,000円
- ◇大一薬品株式会社（奈良県） 30,000円
- ◇新生薬品工業株式会社（奈良県） 100,000円
- ◇やまと吉永（奈良県） 10,000円
- ◇たかとり保育園（奈良県） 20,000円
- ◇障害者支援施設 雅乃郷（奈良県） 20,000円
- ◇大商株式会社（奈良県） 50,000円
- ◇沢設備工事株式会社（奈良県） 100,000円
- ◇大淀町 田仲医院（奈良県） 100,000円
- ◇徳本砕石工業株式会社（奈良県） 100,000円
- ◇ユニテックメディカル株式会社（大阪府） 300,000円
- ◇山内 昭さん（埼玉県） 50,000円
- ◇川端 政實さん（大阪府） 1,000,000円
- ◇川端 和女さん（大阪府） 1,000,000円
- ◇竹村 紫朗さん（大阪府） 50,000円
- ◇東 秀好さん（奈良県） 20,000円
- 他19名 340,000円

◇問い合わせ 総務課

短歌

仰ぎ見る十三重の塔高く青葉を
ぬきて空にかすみり（多武峯）

川合 文子

若き日に夫と登りし富士山の
初夏の峰桜夢にし見たれり

油谷 操

生き甲斐の宝物である我が短歌
泪ながらに読みつづける

松尾 多希子



俳句

馬の背の町を片陰選りて行く

辻 慶子

群なして魚影さ走る瀬の涼し

永野 永久

一旗亭床几に梅を干しにけり

増田 貞子

第65回

社会を明るくする運動

強調月間 7月1日～31日

【趣 旨】

国・法務省の指針のもと、奈良県においては「青少年の非行・被害防止運動」、「差別をなくす強調月間」および「奈良県人権施策に関する基本計画」を実施する関係機関・団体と緊密に連携しながら、地域に根ざした誰もが参加できる活動をめざします。

【重点事項】

平成26年12月16日犯罪対策閣僚会議決定「宣言：犯罪に戻らない・戻さない」を踏まえ、犯罪や非行をした人を社会から排除・孤立させるのではなく、再び受け入れることが自然にできる社会にするため
・出所者等の事情を理解した上で雇用する企業
の数を増やすこと。

・帰るべき場所がないまま、刑務所から社会に戻る人の数を減らすこと。

本趣旨に基づき、社明運動高取町推進委員会が中心となり、関係機関の協力を得て、啓発活動や研修等を開催しますので町民の皆さまのご理解ご協力をお願いします。

ひまわり テレホン



- 7月23日(木) 13時30分～15時30分
- 0744 (52) 3334
- 内 容 社会を明るくする運動の趣旨に添って、電話で相談を受け付けます。

問い合わせ 福祉課

戦没者遺児による 慰霊友好親善事業

日本遺族会は、「戦没者遺児による慰霊友好親善事業」の参加者を募集しています。

この事業は、厚生労働省から補助を受け実施しており、先の大戦で父等を亡くした戦没者の遺児を対象として、父等の戦没した旧戦域を訪れ、慰霊追悼を行うとともに、同地域の住民と友好親善をはかることを目的としています。

参加費用は10万円です。前回の参加から5年が経過した方(平成21年度以前参加者)は2回目の応募をすることができます。(海で亡くなられた方の洋上慰霊参加希望者は5年が経過せずとも応募可能です。ただし、前回洋上慰霊参加者は応募できません。)

【実施地域】

(広域地域)

旧ソ連／西武ニューギニア／ポルネオ・マレー半島／マリアナ諸島／東部ニューギニア／中国／トラック・パラオ諸島／ソロモン諸島／ミャンマー／フィリピン／終戦70周年記念洋上慰霊(特定地域)

マーシャル・ギルバート諸島

◇日程等詳細・問い合わせ
日本遺族会事務局

03 (3261) 5521

◇申込

奈良県遺族会

0742 (22) 3656

戦没者のご遺族の皆さんへ 第10回特別弔慰金が支給されます。

【特別弔慰金の趣旨】

戦後70周年に当たり、今日の我が国の平和と繁栄の礎となった戦没者の尊い犠牲に思いをいたし、国として改めて弔慰の意を表すため、戦没者等のご遺族に特別弔慰金(記名国債)を支給するものです。

第10回特別弔慰金については、ご遺族に一層の弔慰の意を表すため、償還額を年5万円に増額するとともに、5年ごとに国債を交付することとしています。

【支給対象者】

戦没者等の死亡当時のご遺族で、平成27年4月1日(基準日)において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」等を受ける方がいない場合に、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給されます。

(1)平成27年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方

(2)戦没者等の子

(3)戦没者等の①父母②孫

③祖父母④兄弟姉妹

※1 戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。

※2 戦没者等の死亡後に生まれた方は対象になりません。

(4)上記①～③以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)

※戦没者等の死亡当時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限りません。

◎支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債

◎請求期間

平成30年4月2日まで

(請求期間を過ぎると第10回特別弔慰金を受けることができませんので、ご注意ください。)

◎請求窓口 福祉課



「高取町子ども子育て支援事業計画」を策定しました。

ひとり親家庭にはこんな制度があります

『児童扶養手当』

父・母と生計をともにできない児童が養育されている家庭の生活の安定と自立を助けるために支給される制度です。（ただし、父・母等および同居の扶養義務者の所得制限により、支給されない場合があります。）

手当を受けることができる人は、次の条件にあてはまる児童を養育している父・母、または父・母にかわってその児童を養育している人です。

- ①父母が婚姻解消(離婚等)した後、父または母と生計を同じくしていない児童
- ②父または母が死亡した児童
- ③父または母が一定の障害の状態にある児童
- ④父または母の生死が明らかでない児童
- ⑤父または母から1年以上遺棄されている児童
- ⑥父または母が引き続き1年以上拘禁されている児童
- ⑦婚姻によらないで生まれた児童
- ⑧父母ともに不明である児童

※ここでの児童とは、18歳に達する日以降最初の3月31日まで

の人のことをいいます。ただし、心身に一定の障害がある場合は20歳までになります。

◇問い合わせ 福祉課



ご存じですか？ 地域子育て支援センター アミィクラブ

子育ての楽しさを見つけましょう！
親子の交流の場として参加ください。家庭での育児不安や様々な悩みなどを解消するため、たかとり保育園に「子育て支援センター」を設置しています。

地域子育て支援センターでは、育児・保育に詳しい知識を有する保育士を中心として育児に関する相談支援活動や情報の提供、同じ子育てをしている保護者が互いに交流できる場の提供等、地域全体で子育てを支援する基盤づくりを行っています。

◇内容

- ①育児不安などの相談・援助
家庭での育児不安や悩みなど子育てに関する幅広い相談に関して、窓口を設けています。
- ②園庭開放
保育園の園庭を開放しているいろいろなイベントや保育園の行事への参加などを行っています。
- ③保育園との連携
保護者が急病の場合や突然の用事、また家族の看病等で緊急に保育が出来なくなった場合に、一時的にお子さんをお預かりする「一時預かり保育」を行っています。1人で悩まず、お気軽にご相談ください。

◇申込

地域子育て支援センター事務局

(たかとり保育園内)

0744(52)4368

子育て支援センター アミィクラブ

親子でふれあい、楽しい時間を一緒にすごしてみませんか？気軽に参加してみてください！！

○とき 7月14日(火)10時～11時30分

○ところ たかとり保育園

○対象者 0～3歳児とその保護者

○内容 お誕生日会、水遊び
(持ち物…水着・タオル・帽子)

○問い合わせ

子育て支援センター(たかとり保育園内)

0744(52)4368

○申込時間 9時～16時まで

※会場の都合がありますので、参加を希望される方は開催日の2日前までにお申込ください。

7月の臨床心理士による 教育相談

◇相談日 7月3日(金)・10日(金)・17日(金)・24日(金)

いずれも13時から17時

(1回約45分の事前予約制)

◇相談場所 リベルテホール

◇対象者 町内在住の子ども

(中学生まで)とその保護者

◇申込方法 教育委員会事務局へ、電話でお申込ください。

0744(52)3715

◇費用 相談は無料です。

◇その他 高取中学校を拠点校として、スクールカウンセラーによる相談も行っています。日時等につきましては、高取中学校までお問い合わせください。

0744(52)2151

わくわく エンジェル

お友達作りの育児サークル「わくわくエンジェル」に参加しませんか？

○とき

8月5日(水)

10時～11時30分

○ところ

リベルテホール2階

○内容

親子体操(たっちゃん先生)

○対象者

未就学児から小学校低学年とその保護者(小さいお子様については、託児もあります。)たくさんの参加をお待ちしています。

○問い合わせ 福祉課



▲▲自衛官募集案内▼▼

防衛省では、左記の募集を行っています。
資格は平成28年4月1日現在、男女共通です。

◆防衛大学校学生

【推薦】

◇受付期間

9月5日（土）～9日（水）

◇試験期日

9月26日（土）・27日（日）

◇資格

高卒（見込含）18歳以上21歳未満の人

※高等学校長の推薦書等が別途必要です

【総合選抜】

◇受付期間

9月5日（土）～9日（水）

◇試験期日

1次試験 9月26日（土）

2次試験 10月31日（土）

11月1日（日）

◇資格

高卒（見込含）18歳以上21歳未満の人

※高等学校長の調査書等が別途必要です

【一般（前期）】

◇受付期間

9月5日（土）～30日（水）

◇試験期日

1次試験

11月7日（土）・8日（日）

2次試験

12月8日（火）～12日（土）

のうちの指定された日

◇資格 高卒（見込含）18歳以上21歳未満の人



◆防衛医科大学校医学科学生

◇受付期間

9月5日（土）～30日（水）

◇試験日

1次試験 10月31日（土）

11月1日（日）

2次試験 12月16日（水）

18日（金）のうちの指定された日

◇資格

高卒（見込含）18歳以上21歳未満の人

◆防衛医科大学校医学教育部看護学科学生

◇受付期間

9月5日（土）～30日（水）

◇試験日

1次試験 10月17日（土）

2次試験 11月28日（土）

29日（日）のうちの指定された日

◇資格 高卒（見込含）18歳以上21歳未満の人

★ホームページ等でも資料閲覧請求できます。

奈良地方協力本部

HP: <http://www.mod.go.jp/pcco/nara/>

◇問い合わせ

自衛隊糧原地域事務所

0744(29)9060

放送大学で学んでみませんか？

放送大学では、平成27年度第2学期（10月入学）の学生を募集しています。

放送大学はテレビ等の放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。

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。

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。

○15歳以上の方なら、1科目から学習する選科履修生・科目履修生として入学できます。

○18歳以上の大学入学資格をお持ちの方なら、学力試験はなく、全科履修生として入学でき、4年以上在学して124単位以上を修得し、卒業すると学士（教養）の学位を取得できます。

○ひとつの分野を体系的に学びたい方には、「放送大学エキスパート」を実施しています。出願期間は第1回は8月31日まで、第2回は9月20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TEL 0742(20)7870までご請求ください。放送大学ホームページでも出願できます。

肺気腫

肺 気腫とは、肺の慢性の病気で、肺の気管支の末梢には、肺胞と呼ばれる仕切られた房のような部屋があり、その壁を介して酸素を血液に取り込んでいます。しかし、長期喫煙や大気汚染の影響で肺に炎症がおこると、数個の肺胞が壊れてつながり、肺が膨張しすぎ、弾力性がなくなり、例えると膨らみすぎた紙ふうせんのようになります。

肺気腫の原因ですが、約90%が過度の喫煙で、中年以降の男性に多く発症します。しかし、進行は徐々のため自覚症状が乏しく、悪化すると慢性的な咳や痰、そして酸素不足により動いたときの息切れや動悸などが見られます。また全身に影響が出ると、栄養障害として、体重減少や筋力低下が出現することがあります。

この肺気腫と慢性気管支炎は、慢性閉塞性肺疾患（COPD）と呼ばれています。近年日本ではCOPD患者は増加し、推定約530万人と報告されていますが、COPDの人は自覚症状が乏しいため、多くは医療機関を受診していない現状です。肺気腫は、質問票による問診、胸部X線検査、胸部CT、呼吸機能検査などで診断ができます。

奈良県医師会

お詫びと訂正

5月号の4ページ「国保だより」の中で、誤りがありました。ここに訂正をし、お詫びします。

個別健診実施期間
誤 平成27年1月31日（日）まで
正 平成28年1月31日（日）まで

こんにちは



地域包括支援センターです。

申込制『元気サロン』のご案内 ～8月分～

「運動したいけど、機会がない」、「ひとりではなかなかできないなど、せっかくやる気があるのに心もからだも閉じこもってはいませんか？」

高取町では、毎月、65歳以上の方を対象に、“筋力アップ運動”や“有酸素運動”などを取り入れた、介護予防運動を行っています。ぜひこの機会に、これからはますます元気で過ごすためにも、一緒に楽しく運動してみませんか？

◎と き

「筋力アップ運動」

8月4日(火) 10時～11時(受付9時30分～10時)

「楽しく有酸素運動」

8月12日(水) 10時～11時(受付9時30分～10時)

「ステップアップ運動」

8月20日(木) 14時～15時(受付13時30分～14時)

※当日は健康チェックを行いますので、9時30分～10時または13時30分～14時までにお越しください。

◎ところ リベルテホール 2階大研修室

◎対象者 町内在住の65歳以上の方(介護保険第一号被保険者)

◎定員 各日、40名(定員になり次第締め切らせていただきます。)

◎持ち物 運動できるくつ、タオル、水分補給のお茶など
※現在、通院中の方や、身体等に心配のある方は、かかりつけ医に相談してください。

◎申込方法 7月1日(水)から申込を受付しますので、電話または、文化センター1階にある地域包括支援センターにお越しください。

申込制『にこにこ介護予防講座』のご案内

【レクリエーション ～みんなでワイワイ～】

レクリエーション講師を招いて、みんなで笑って、こころもからだも健康に元氣になれる楽しいひと時を過ごしませんか？

◎と き 7月28日(火) 13時30分～15時

◎ところ リベルテホール2階 大研修室

◎対象者 町内在住の65歳以上の方
(介護保険第一号被保険者)

◎定員 40名(定員になり次第締め切らせていただきます。)

◎持ち物 ハサミ、新聞紙

◎申込方法 7月1日(水)から申込を受付しますので、電話または文化センター1階にある地域包括支援センターにお越しください。

◎申込・問い合わせ

地域包括支援センター 0744(52)5531

ご注意ください！熱中症

熱中症患者の4割は65歳以上の高齢者です。高齢になると、暑さを感じにくい、水分不足、汗をあまりかかないなどの理由から熱中症にかかりやすくなります。とくに、家の中で頻繁に起こっています。同じ気温でも、湿度が高いほうが熱中症にかかりやすくなるため、閉めきった部屋では過ごさず、エアコンや同時に扇風機を利用するなどしましょう。体内の水分不足では、体温調節が低下してしまいます。飲んだ水分がからだに吸収されるには時間がかかるので、のどの渇きを感じる前にこまめに水分補給をしましょう。また、外出の際は、風を通し、汗が乾きやすい綿や麻などの素材の服装が涼しく感じられます。体調がよくないときに無理に活動すると熱中症の危険が高まりますので注意が必要です。

熱中症の初期によくみられる、めまい・たちくらみ・筋肉のけいれん・頭痛・吐き気・だるいなどの症状が現われたら、風にあたる、衣服をゆるめる、からだを冷やす(冷やしたタオルなどを首・脇の下・足のつけ根にあてる)などで様子を見て、症状が改善しない場合は医療機関を受診しましょう。



※昼食はお済ましのうえ、ご参加ください。

■問い合わせ

奈良県歯科医師会

0742(33)0861

◎ところ

奈良県歯科医師会館

※8020達成者には認定証が授与され、最優秀には後日、知事より表彰状が授与されます。

◎とき

10月1日(木)

12時～16時30分

◇審査および表彰

◇応募期限 8月31日(月)まで

◇いい歯のコンクール係まで

奈良県歯科医師会・高齢者

奈良市二条町2丁目9-2

年輪を明記し、〒630-8002

奈良市二条町2丁目9-2

電話番号、生年月日、性別、

番号、住所、氏名(ふりがな)、

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、

年輪を明記し、〒630-8002

奈良市二条町2丁目9-2

電話番号、生年月日、性別、

番号、住所、氏名(ふりがな)、

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、

年輪を明記し、〒630-8002

奈良市二条町2丁目9-2

電話番号、生年月日、性別、

番号、住所、氏名(ふりがな)、

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、

年輪を明記し、〒630-8002

奈良市二条町2丁目9-2

第23回
奈良県高齢者
いい歯の
コンクール



平成27年度

がん患者サロン

『すずらん』

第1回を開催します。

がん患者サロンは、がん患者や家族同士が悩みや不安を語り合うことができ、同じ体験をした仲間が集う場です。ぜひご参加ください。

○とき 7月27日(月)

13時30分～16時

○ところ 榎原総合庁舎 1階
会議室101

○対象 県内に居住している
がん患者や家族等

○内容

【講演】「がんとともに生きる
〜がんと診断されてからの緩和
ケアとは〜」

奈良県立医科大学附属病院
緩和ケアセンター長
四宮 敏章氏

【交流会】サロンへ参加者同士の
交流、情報交換、
※がん専門相談員、がんピアサ
ポーターも参加します。

○申込 電話またはFAXで
住所、氏名、電話番号、参加
人数を左記へ申し込ください。

○申込・問い合わせ

奈良県中和保健所

健康増進課 健康づくり推進係

TEL 0744(48)3034

FAX 0744(47)2315

がん検診推進事業

無料クーポン券送付のお知らせ

5月下旬に、次の対象年齢の方には、子宮がん、乳がんおよび大腸がんの無料クーポン券・検診手帳を送付しています。クーポン券が届いていない方、または転入等で他市区町村のクーポン券をお持ちの方は、保健センターにご相談ください。

【子宮頸がん検診対象①】

平成6年4月2日～

平成7年4月1日生

【子宮頸がん検診対象②】

昭和52年4月2日～

昭和53年4月1日生

【乳がん検診対象①】

昭和49年4月2日～

昭和50年4月1日生

昭和58年4月1日生

昭和62年4月2日～

【大腸がん検診対象】

昭和29年4月2日～

昭和30年4月1日生

平成4年4月2日～

平成5年4月1日生

昭和34年4月2日～

昭和35年4月1日生

昭和32年4月2日～

昭和33年4月1日生

昭和39年4月2日～

昭和40年4月1日生

昭和37年4月2日～

昭和38年4月1日生

昭和44年4月2日～

昭和45年4月1日生

昭和42年4月2日～

昭和43年4月1日生

昭和49年4月2日～

昭和50年4月1日生

昭和47年4月2日～

昭和48年4月1日生



※【子宮頸がん検診対象②】・【乳がん検診対象②】の方のうち、過去に無料クーポン券を利用された方は対象外です。

◇問い合わせ 保健センター 0744(52)5111

健康の窓

慢性腎臓病(CKD)は 身近な病気であることを ご存じですか？

慢性腎臓病は、主に糖尿病や高血圧などの生活習慣病の悪化により発症し、症状が進行すると人工透析に至る病気です。日本人(成人)の8人に1人が慢性腎臓病といわれており、とても身近な病気なのです。しかし、初期は症状がないため、この病気の怖さに対する理解はなかなか進んでいません。

●こんな人は要注意！

◎飲酒・喫煙・ストレス・運動不足・肥満等の生活習慣は慢性腎臓病発症に大きく関わりがあるとされています。

※次の方は特に注意が必要です。

・高齢の方

・肥満・高血圧・糖尿病などの生活習慣病やメタボリック

クシンドロームがある方

・過去に心臓病や腎臓病になったことのある方

・家族に腎臓病の人がいる方

・検診などで蛋白尿が見つかったことがある方

・たばこを吸っている方

●予防には・・・

◎栄養

◎薄味を心がけ、麺類、汁物、漬物など食塩を多く含むものの摂り過ぎに注意しましょう。

◎肉・魚等の主菜は、1食あたり1品にするなど心がけ、たんぱく質のとり過ぎを防ぎましょう。

◎運動

◎ウォーキングや筋トレを併せて実施し、肥満を防止しましょう。

◎健康診断の受診

◎定期的に尿検査、血液検査を受けて、早期発見しましょう。

●慢性腎臓病は心筋梗塞や脳卒中などの脳・心血管疾患の合併症を起こしやすいです。慢性腎臓病が進行するほどその危険性も高まります。

●慢性腎臓病を放置すると腎不全をきたし透析や移植が必要になるだけでなく、命にかかわる危険性もあります。

●慢性腎臓病は、主に糖尿病や高血圧などの生活習慣病の悪化により発症し、症状が進行すると人工透析に至る病気です。日本人(成人)の8人に1人が慢性腎臓病といわれており、とても身近な病気なのです。しかし、初期は症状がないため、この病気の怖さに対する理解はなかなか進んでいません。

●こんな人は要注意！

◎飲酒・喫煙・ストレス・運動不足・肥満等の生活習慣は慢性腎臓病発症に大きく関わりがあるとされています。

※次の方は特に注意が必要です。

・高齢の方

・肥満・高血圧・糖尿病などの生活習慣病やメタボリック

クシンドロームがある方

・過去に心臓病や腎臓病になったことのある方

・家族に腎臓病の人がいる方

・検診などで蛋白尿が見つかったことがある方

7月のごみ収集日

*ごみ搬出は、所定の場所に午前8時30分までにお願いいたします。
 *【 】内は次月の最初の収集日。
 *ごみを分別するときは、ごみの分別表をご覧ください。

可燃物 [もえる] ごみ

●ごみ110番●TEL 0744 (52) 3334 内線 500 住民課
501 環境事務所

月曜日・木曜日コース	火曜日・金曜日コース
下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井・市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	清水谷・上子島・下子島・上土佐・丹生谷・兵庫・森・田井庄・薩摩・佐田
2日・6日・9日・13日・16日・20日(特別) 23日・27日・30日【8月3日・6日】	3日・7日・10日・14日・17日・21日・24日・28日・31日【8月4日・7日】

不燃物 [もえない] ごみ

第1・第3 火曜日	第2・第4 火曜日	第1・第3 木曜日	第2・第4 木曜日
下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井	市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	丹生谷・兵庫・田井庄・薩摩・森・佐田	清水谷・上子島・下子島・上土佐
7日・21日 【8月4日】	14日・28日 【8月11日】	2日・16日・30日(5週) 【8月6日】	9日・23日 【8月13日】

資源物「リサイクル」ごみ①

第1・第3 月曜日	第1・第3 水曜日	第1・第3 金曜日
市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	清水谷・上子島・下子島・上土佐・丹生谷・兵庫・田井庄・薩摩・森・佐田	下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井
6日・15日(特別)【8月3日】	1日・15日・29日(5週)【8月5日】	3日・17日・31日(5週)【8月7日】

資源物「リサイクル」ごみ②

第2・第4 月曜日	第2・第4 水曜日	第2・第4 金曜日
市尾・谷田・与楽・寺崎・越智・車木	清水谷・上子島・下子島・上土佐・丹生谷・兵庫・田井庄・薩摩・森・佐田	下土佐・観覚寺・吉備・松山・羽内・藤井
13日・27日【8月10日】	8日・22日【8月12日】	10日・24日【8月14日】

7月の し尿収集予定表

☆作業の都合上日程が前後する場合があります。
 問い合わせ 住民課

日	曜日	向本班収集大字	岡本班収集大字	大中班収集大字
7月 1日	水		丹生谷	丹生谷
2日	木		丹生谷	丹生谷
3日	金		丹生谷	丹生谷
6日	月	森・佐田		
7日	火	薩摩・松山・市尾		
8日	水	羽内・藤井・市尾		
9日	木	市尾【曾羽】		
10日	金	谷田・兵庫		観覚寺
13日	月	田井庄・兵庫		下土佐・上土佐・下子島
14日	火	兵庫・車木		上子島・下子島
15日	水	越智	観覚寺・下土佐	吉備・下土佐
16日	木	越智・寺崎	下土佐・上土佐・下子島	清水谷
17日	金	与楽	下子島・清水谷	清水谷
21日	火			下土佐・観覚寺【駅前】
28日	火	森・佐田		
29日	水	薩摩・松山・市尾		
30日	木	羽内・藤井・市尾	丹生谷	丹生谷
31日	金	市尾【曾羽】	丹生谷	丹生谷
8月 3日	月		丹生谷	丹生谷
4日	火	谷田・兵庫		
5日	水	田井庄・兵庫		

保健だより

問い合わせ：
高取町保健センター
電話番号 0744(52)5111
FAX番号 0744(52)3351

赤ちゃん広場 (育児相談と子育て交流会)

とき 8月10日(月)
10時～11時受付
ところ 保健センター
対象 乳(幼児)とその保護者
内容 身体計測、育児等の相談、
離乳食相談など
持参品 母子健康手帳

健康相談

とき 8月10日(月)
13時30分～15時受付
ところ 保健センター
対象者 原則40歳以上
内容 尿検査、身体測定、血圧
測定、体脂肪測定、健康に関する相談
持参品 健康手帳(お持ちでない方は、当日、保健センターで交付します。)
◎高血圧、糖尿病、高脂血症など生活習慣病でお悩みの方は、ぜひお越しください。

予防接種のお知らせ

もうすぐ夏休みです。対象年齢に該当され、まだ接種を済まされていないお子さまがおられましたら、ぜひ幼稚園や学校のお休みを利用して、接種の計画をたてましょう。



	ワクチンの種類	対象年齢	標準的な接種年齢
乳幼児	BCG	～1歳未満	
	水痘 初回	1歳～3歳未満	
	水痘 追加		
	四種混合 1～3回目 四種混合 追加	3か月～7歳半未満	
	不活化ポリオ 1～3回目 不活化ポリオ 追加	3か月～7歳半未満	
	麻しん風しん混合 1期	1歳～2歳未満	
	麻しん風しん混合 2期	H21.4.2～H22.4.1	小学校就学前の1年間
	日本脳炎 1～2回目 日本脳炎 追加	3歳～7歳半	3歳 4歳
	ヒブ	2か月～5歳未満	
学童期	小児用肺炎球菌	2か月～5歳未満	
	日本脳炎 2期	9～13歳未満	4年生
	二種混合	11～13歳未満	6年生

※各予防接種についての説明・接種間隔・回数・接種方法等は、冊子「予防接種と子どもの健康」を必ずご確認ください。

定期予防接種実施医療機関が追加されました！

定期予防接種を受けることができる医療機関が追加されました。接種を希望する方は、直接医療機関に確認・予約をお願いします。

追加された医療機関名	住所	電話番号	接種できる予防接種
武田内科医院	橿原市木原町213-7 K.メディカルスクエア	0744(47)2369	乳幼児期・学童期の 定期予防接種

大腸がん・肝炎ウイルス検診の実施医療機関が追加されました。

追加された医療機関名	住所	電話番号	大腸がん検診	肝炎健診
木田クリニック	橿原市常盤町344-2	0744(24)6460	○	○
武田内科医院	橿原市木原町213-7 K.メディカルスクエア	0744(47)2369	○	○

国民年金の保険料免除申請制度への申請はお早めに！

平成27年度免除申請の受付を7月1日から行います。

経済的な理由で保険料（平成27年度の保険料額：月額15,590円）を納めることが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除される制度があります。

【前年所得の審査があります】

保険料免除申請は、保険料の全額が免除される「全額免除」、保険料の一部を納め、残りの保険料が免除される「一部納付（3/4納付 半額納付、1/4納付）」があります。

また、30歳未満の方には「納付猶予（若年者納付猶予制度）」が、学生の方には「学生納付特例制度」があります。

前年度に全額免除・納付猶予が承認され、継続申請の申出をされている方は、引き続き全額免除・納付猶予に該当するか審査を行いますので、申請は不要です。ただし、所得の申告をされていない方は審査ができませんので、所得申告を忘れずに行ってください。

◇持参品 年金手帳、印鑑
◇申請先・問い合わせ 住民課

防災ずきんを作りませんか？

いつかはやってくる災害に備えて！

近年、各地で大規模な災害が発生しています。今後、いつ何時大きな災害に見舞われるかわかりません。

その時に備えて、みなさんも家庭で防災ずきんを作ってみませんか。高取町女性消防団では、そのお手伝いをしています。

費用はかかりません。用意していただくものは問い合わせてください。

◇問い合わせ 総務課



▲防災ずきん作製風景

▲防災ずきん

第44回 差別をなくす町民集会 ～明日は今日よりきっと幸せ～

7月は「差別をなくす強調月間」です。人権意識の高揚を図り、部落差別をはじめとした、一切の差別をなくすため、さまざまな取り組みが行われます。

当町においても、その契機になればと「第44回 差別をなくす町民集会」を開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

と き 7月11日（土）受付 12時30分～
開演 13時30分～

ところ リベルテホール

☆講演

演題 「夢をあきらめないで」
～生きていくことって～

講師 エスペランサ 奥田良子・勝彦さん
※トーク&コンサート

☆高取中学校吹奏楽部ミニコンサート

曲目 「カルカソンヌの城」など

☆その他

たかむち小学校児童の人権作文展
てんいち先生4コマ漫画カラーパネル展
託児コーナーあり

●《同時開催》高取町人権擁護委員会による
『人権相談コーナー』

と き 10時～12時

ところ リベルテホール 1階和室

問い合わせ 高取町人権・同和問題啓発活動推進本部
(住民課)

7/9 奈良県地震防災の日

7/4(土)～12(日) 奈良県地震防災週間

ナラ・シェイクアウト(奈良県一斉地震行動訓練)が実施されます。

○と き 7月9日(木) 10時30分開始
同時刻に一斉に参加者全員が身の安全を図る行動をとる訓練です。

- ①姿勢を低くし、転倒を防ぐ
- ②頭を守り、丈夫な机の下など安全な場所に避難する
- ③揺れが収まるまで動かない



【問い合わせ・参加登録】

奈良県防災統括室

TEL 0742 (27) 7006

FAX 0742 (23) 9244



7月の相談日

◎どうぞ、お気軽にお越しください。

22日

奥田 桃代
中本 富美子
皆己 トヨ子
(一般相談)
(敬称略)

8日

岩室 裕子
(行政相談)

ところ

老人福祉センター
2階

とき

水曜日
13時～16時

心配ごと相談所