

●まちの情報誌●



広報

2017
JULY
7
月号

たかとり

町の人口

男 3,289人

女 3,670人

計 6,959人

世帯数 2,876戸

2017年6月1日現在

No. 518

この音よ、届け!

たかとり夢まつり



高取国際高校吹奏楽部によるコンサート
※詳しくは2ページへ

◆心やすらぐふるさと高取◆

第46回 差別をなくす町民集会

〜こぼれ心をつなげたい〜

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。

本町においても、その契機になればと「第46回 差別をなくす町民集会」を開催します。多くの皆様の参加をお待ちしています。

○とき 7月8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

「大笑いゼーションで

ノーマライゼーション」

講師 桂 福点さん

☆高取中学校吹奏楽部

ミニコンサート

曲目 ソロモンの指輪

君の瞳に恋してる

川の流れるように

風になりたい

☆高取町人権擁護委員会による

「人権相談」コーナー

時間 10時〜12時

委員 下邨 勲

谷口 善美

新宮 佐和子

岡村 良子

☆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】

○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)

平成28年度体育功労賞

個人6名と
2団体を表彰

5月28日(日)

高取町体育協会総会において、全国大会またはそれに準ずる大会に出場された方や長年にわたる体育協会常任理事として勤められた方に、高取町体育協会から「体育功労賞」が贈られました。表彰を受けたのは、次の方々です。(敬称略)

◎浦田 昂生

第22回全国都道府県対抗男子駅伝競走大会および第67回全国高等学校駅伝競走大会に出場

◎空閑 大祐

第24回全国中学生空手道選手権大会に出場

◎辻本 詩温

第24回全国中学生空手道選手権大会に出場

◎藤川 昇大

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

◎高市 FC

第35回近畿ブロックスポーツ少年団サッカー交流大会4位入賞

◎高取ホークス

第21回高野山旗争奪全国児童軟式野球大会に出場

◎今川 勝

体育協会常任理事として長年にわたり勤められました

◎東 恭三

体育協会常任理事として長年にわたり勤められました

お寺deマルシェ *たかまちマルシェ* 開催!

5月27日(土)

光雲寺でお寺deマルシェが開催されました。高取町在住のママさんで構成されたグループ「たかまち*高取町ママたちのちから*」が企画したイベントで、町内外から集まったお客様は、ワンコイン講座やピザ、雑貨などの出店を笑顔で楽しんでいました。



地域を結ぶおむすび会

「じゃがいも掘り」を

開催

6月17日(土)

雅乃郷、明るい社会づくり運動、NPO法人奈良ナルクが合同で、地域の方々と交えた、じゃがいも掘りを開催しました。

小さい子どもからおじいちゃん、おばあちゃん、障がい者の方々、青空のもと汗をかきながら、みんなで夢中になってじゃがいもを掘りました。

採れたてのじゃがいもは、ホクホクの塩茹でや、とん汁の具材として、神武米で作った混ぜごはんといっしょに美味しくいただきました。

じゃがいも掘りから美味しい食事まで、みんな満面の笑顔で楽しい一日を過ごしました。



たかとり夢まつり

6月18日(日)

リベルテホールで音楽演奏や和太鼓演奏、演劇などのイベントが行われ、会場は多くの人で賑わいました。

◎吹奏楽コンサート

高取国際高校吹奏楽部がコンサートをを行いました。カラフルなTシャツを着た生徒が、日々の練習の成果を十分に発揮しました。特に、星野源のヒット曲「恋」では、曲に合わせ手拍子をしたり、リズムに合わせステップしたり、会場が一体となって、大いに盛り上がりました。



◎チエーンソーアート

黒滝村森林組合の梶谷哲也さんが、4台のチエーンソーを使って、縦75cm、横25cmの木材から作品を作りました。大きな音をたててチエーンソーを自在に操る姿に、お客さんの目はくぎ付けになっていました。約20分でフクロウが完成し、今にも動き出すかのような迫力のある作品に、多くのお客さんが記念撮影していました。※チエーンソーアートとは、1本の原木の塊からチエーンソーを使用し、ダイナミックかつスピーディーに繊細な作品を作り上げるもので、「チエーンソーを使った彫刻」です。



高取城跡で

熊が道案内!?



高取城は標高583・6mの高取山に築城された、日本三大山城の一つです。現在は、石垣のみが残っており、かつての雄大な城の存在を物語っています。その高取城跡の二の丸で、訪れた人を出迎えているのが「熊の人形」です。その愛らしい姿は、城下町から険しい山道を登ってきた人々の疲れをほっと癒し、笑顔にしてくれます。

この熊は、全国で活躍している黒滝村森林組合の梶谷哲也さんが、景観支障木の伐採時に不要となった切り株を利用してチエーンソーのみで作成しました。ぜひ一度、道案内をする愛らしい熊に会いにきてください。



◎後期高齢者医療保険に加入の皆さまへ 保険料の軽減制度が改正されました。

①均等割額の軽減措置のうち、5割軽減と2割軽減について判定基準所得が拡大されました。

【均等割軽減内容】

軽減割合	同一世帯内の被保険者と世帯主の総所得金額等の合計額
5割軽減	「基礎控除額(33万円)+27万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯 ※平成28年度は26.5万円
2割軽減	「基礎控除額(33万円)+49万円×世帯の被保険者数」を超えない世帯 ※平成28年度は48万円

- ②所得割額を負担する方のうち、基礎控除後の総所得金額等が58万円以下の方は、所得割額が5割軽減から平成29年度は2割軽減となりました。
- ③後期高齢者医療制度の加入する前日に、職場の健康保険などの被扶養者だった方は、均等割額が9割軽減から平成29年度は7割軽減となりました。所得割額は課されません。※均等割軽減は、9割軽減、8.5割軽減が優先されます。



○問い合わせ 住民課

税務課からのお知らせ

☆7月は、国民健康保険税第1期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期および固定資産税第2期分は、7月31日(月)の納期限までに納付してください。

※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。)

①税務課窓口、町役場内南都銀行派出窓口、コンビニエンスストアおよび次の金融機関(本・支店)をご利用ください。

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(順不同)

②近畿2府4県の各ゆうちょ銀行または郵便局

※納期限を過ぎた納付書では納付することができません。

期限経過後は税務課窓口で納付するか、後日送付される督促状で納付してください。(督促手数料および延滞金が加算される場合があります。)

◎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、お申し込みください。

てんいち先生



7月は 差別をなくす強調月間

第67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、奈良県では、「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目指します。

薬物依存からの回復と社会復帰を長期的に支える地域の環境を作ること。
 犯罪をした高齢者・障害者等が社会復帰に必要な支援を受けられる環境を作ること。
 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。

【ひまわりテレホン】

- 日時 7月20日(木) 13時30分～15時30分
- 0744(52) 33334
- 内容 社会を明るくする運動の趣旨に沿って、電話で相談を受け付けます。
- 問い合わせ 福祉課



短歌

軒下の古巣に今年も燕来て
声にぎやかに今朝も鳴くなり

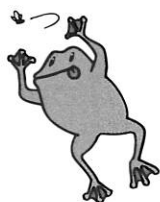
油谷 操

新緑にかこまれ居すはる石舞台
影やはらかにく明日香風吹く

河合 文子

久々に園の外庭巡りたり
輝く田んぼは田植え待つのみ

松尾 多希子



俳句

壺阪へひぐらしの声続くみち

谷口 暁

産土の風に波打つ青田かな

増田 敏子



国民年金保険料免除等の申請について

○経済的な理由等で国民年金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「若年者納付猶予制度」がありますので、住民課で手続きをしてください。

保険料が納め忘れの状態、万一、障害や死亡といった不慮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。

平成29年度の免除等の受け付けは7月1日から開始し、平成29年7月分から平成30年6月分の期間を対象として審査を行います。

また、申請ができる期間は、申請書を提出した日から2年1か月前までになります。

- 申請に必要なもの
・年金手帳 ・印鑑

失業等による申請の場合は雇用保険受給資格者証の写しまたは雇用保険被保険者離職票等の写し

※保険料免除・納付猶予（一部免除を除く）を承認された方が、申請時に翌年度以降も申請を行うことをあらかじめ希望されていた場合は、改めて申請を行わなくても、継続して申請があったものとして審査を行います。

※申請者ご本人、配偶者、世帯主のうち、前年度の所得について、税の申告が行われていない方がいる場合は、税務課で住民税の申告を行った上で、申請書を提出してください。

○問い合わせ 住民課



下水道に関するお知らせ

公共下水道の供用および下水の処理開始に
関する告示について

公共下水道の供用および下水の処理を開始するので、下水道法（昭和33年法律第79号）第9条の規定に基づき告示し、縦覧に供します。

①供用開始拡大区域
車木の一部（詳細は事業課で縦覧できます。）

②縦覧場所
事業課

③供用開始期日
7月3日（月）

④縦覧期間
7月3日（月）～18日（火）
9時から17時まで
（ただし、閉庁日を除く）



排水設備の工事は、
指定工事店に
ご依頼ください。

排水設備工事は、本町に登録された指定工事店でなければ施工することができません。

また、工事費は自己負担となり、工事前には町への申請が必要となりますので、排水設備指定工事店とよく相談して施工してください。

下水道法第10条の規定により、下水道の供用が開始されると、その区域内の建物の所有者は速やかに、下水道に流すための排水設備（各家庭の便所、浴室、台所などの流し口から公共桝までの排水管、排水渠などの設備）を設置しなければなりません。（単独浄化槽や合併浄化槽を使用している場合であっても同様です。）

なお、下水道法第11条の3の規定により、くみ取り便所がある場合には、供用開始から3年以内に公共下水道に直接流す水洗便所に改造しなければなりません。

公共水域の水質保全のため、公共下水道への接続をお願いします。

◇問い合わせ 事業課

“赤い羽根”

共同募金運動70年
感謝の集い

開催

○とき

8月28日（月） 13時～16時30分

○ところ 奈良県社会福祉総合センター6階大ホール、1階展示コーナー

〒600-0001 橿原市大久保町320番1-1

○内容 パネルディスプレイ、フライングボール、フライングボール

「イナキ」のコンサート（14時）、パネル展示や物販など

※入場無料、事前申し込みが必要

○申込期間 7月10日（月）～

8月10日（木）先着順（200名まで）

○申し込み・問い合わせ

「70年感謝の集い参加希望」と書き、住所、氏名、年齢を明記したメール、FAX、往復はがきのいずれかで申し込みしてください。（申し込み1件につき2名まで）

奈良県共同募金会（橿原市大久保町320番1-1）

TEL 0744(29)0173

FAX 0744(29)0174

メール

info@nara-akaihane.com

詳細は、奈良県共同募金会HP

(<http://www.nara-akaihane.com/>)

ひとり親家庭には こんな制度が あります

「児童扶養手当」

父または母と生計をともにできない児童が養育されている家庭で、生活の安定と自立を助けるために手当が支給される制度です。(ただし、父母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当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 父母が離婚した後、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日までを言います。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 アミイクラブ

子育ての楽しさを見つけてみましょう! 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。

◇申し込み

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

7月の臨床心理士による 教育相談

- ◇相談日 7月7日(金)・14日(金)・21日(金)・28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 町内在住の子どもたち(中学生まで)とその保護者
- ◇申込方法 教育委員会事務局・学校教育担当へ、電話でお申し込みください。
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。
日時等は、高取中学校へお問い合わせください。
0744(52)2151

子育て支援センター アミイクラブ

- 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?お気軽にご参加ください!!
- とき 7月18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 誕生日会・水遊び
- 持ち物 水着(Tシャツ・濡れてもよい紙パンツでも可)、タオル、帽子
- 問い合わせ 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
- 申込時間 9時~16時
- ※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日前までにお申し込みください。



私立幼稚園 就園奨励費補助

私立幼稚園に就園している幼児の保護者を対象に、就園に伴う保護者の経済的負担を軽減し、幼稚園教育の一層の普及充実に図るため、世帯の所得状況に応じて入園料、保育料の補助を行います。

- ★対象世帯
 - ① 生活保護法の規定による保護を受けている世帯
 - ② ひとり親世帯等
 - ③ 当該年度に納付すべき町民税が非課税または町民税の所得割が非課税となる世帯
 - ④ 当該年度に納付すべき町民税の所得割課税額が211,200円以下となる世帯
 - ⑤ 多子世帯(ただし、補助対象は第二子以降)
- ★補助額
62,200円(世帯の状況によって異なります)

詳しい手続きの方法および申請書類は教育委員会事務局にあります。申請を希望される方は、7月14日(金)までに教育委員会事務局へお越しください。

★問い合わせ
教育委員会事務局
0744(52)3715

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3日(木)
10時~11時30分
- ところ
リベルテホール 2F
- 対象者
0歳~未就学児とその保護者
- 内容
親子体操
(たっちゃん先生)
- 問い合わせ 福祉課

第2回 地域フォーラム開催します

地域の課題解決につなげることを目的に、「地域フォーラム」を開催します。この「地域フォーラム」では、知事、市町村長がパネルディスカッションにより地域の課題について意見交換を行うことにより、県政に対する県民の方々の理解を深めます。ぜひ、参加してください。

- と き 7月30日(日)
13時30分～15時30分(開場:13時)
- ところ 奈良県社会福祉総合センター
橿原市大久保町320番11
- 参加市町村 高取町、橿原市、明日香村
- テーマ 「協働と連携のまちづくり、奈良モデル」
※「奈良モデル」とは、人口減少、少子高齢社会に対応するため、市町村同士または奈良県と市町村が連携、協働し、地域の活性化や効率的な行政運営をめざして行政課題に取り組みしくみです
- 内 容 パネルディスカッション

- 参加方法
 - ・募集人数 200名
 - ・応募資格 県内在住、在勤、在学の方
 - ・応募方法 奈良県電子申請システムにて、インターネットから申し込みしてください。
 - ・応募締切 7月7日(金)必着(応募多数の場合は抽選。後日、参加決定者へ参加票をお送りします。)
- 問い合わせ 奈良県総務部知事室
政策推進課「地域フォーラム」担当
0742(27)8472
<http://www.pref.nara.jp/32939.htm>

放送大学で学んでみませんか。

放送大学では、平成29年第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、ラジオ、インターネットで授業を行う正規の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い年代や職業の人達が学んでいます。



- 15歳以上の方なら、選科履修生(1年間在学)、科目履修生(6か月在学)として入学でき、約300科目の中から好きな科目を1科目から学べます。
- 18歳以上で大学入学資格を持っている方は、全科履修生(4年以上在学)として入学でき、卒業すると学士(教養)の学位を取得できます。
- 出願期間は、第1回が8月31日まで、第2回が9月20日まで。
- 資料を無料で差し上げます。お気軽に放送大学奈良学習センター(0742(20)7870)まで請求してください。

学校卒業後3年以内の方へ ハローワークへ 来てみませんか?

ハローワークでは、「ひとりにしない」「あきらめさせない」をモットーに、学生や卒業後3年以内の方の職業相談を専門に行う担当者“ジョブサポーター”が、就職活動のお手伝いをしています。

「何をどのようにしたらいいのかわからない…」そんな不安を自信に変えていくための第一歩として、ぜひハローワークにお越しください。

- 問い合わせ
ハローワーク大和高田 専門相談部門
0745(52)5801 43#



鼻に関する 「講演会」と 無料相談

- と き 8月9日(水)
14時～16時
- ところ 奈良商工会議所
地下1階 会議室
奈良市登大路町36-2
近鉄奈良駅①番出口から徒歩1分
- 講演 「花粉症とニオイの話」
奈良県立医科大学
耳鼻咽喉・頭頸部外科学講座
教授 北原 紘
- 無料相談 鼻を含め耳鼻咽喉科全般に関する相談に応じます。
※事前予約は不要です。
- 担当医師 耳鼻咽喉科専門医
- 問い合わせ
奈良県医師会耳鼻咽喉科部会
事務局
0744(22)8502

平成29年度 警察官 (第2回) 採用試験

○試験日

体力試験 (実技判定) 8月26日 (土)、27日 (日)
のうち指定する1日

教養、論作文試験 9月17日 (日)

○採用予定人員

警察官 (大卒区分) 男性10人程度、女性3人程度

警察官 (高卒区分) 男性25人程度、女性3人程度

警察官 武道 (高卒区分) 男性1人程度、女性1人程度

○受験資格

・警察官 (大卒区分) …

昭和62年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学 (短期大学を除く。) を卒業した人または平成30年3月末日までに卒業見込みの人

・警察官 (高卒区分) …

昭和62年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人で、警察官 (大卒区分) 以外の人

・警察官 武道 (高卒区分) …

平成4年4月2日から平成12年4月1日までに生まれた人

○受付期間

郵送 (簡易書留)、

持参は8月18日 (金) まで

インターネットは8月14日 (月) まで

○申し込み、問い合わせ

奈良県警察本部警務課採用係
〒630-8578

奈良市登大路町80番地

採用フリーダイヤル

0120 (351) 204

<http://www.police.pref.nara.jp/>



**不法滞在。
不法就労防止に
ご協力ください!**

不法滞在者の多くが不法就労し、わが国の労働、治安面で様々な問題を引き起こしています。また、グループ化した悪質な不法滞在者による犯罪が増えており、わが国の治安を脅かしています。
不法滞在者とは

- ・偽造パスポートや密航船などで不法に入国する者
 - ・在留期間を超えても出国せず不法に滞在する者
- 皆さんへのお願い**

- ・不法滞在や不法就労を許さない社会環境作りが必要です。
- ・雇用する際は、パスポートや在留カードを必ず確認してください。

※不法滞在者又は働くことが認められない外国人を雇用した事業主や不法入国を援助した人等は法律で処罰される場合があります。

◇問い合わせ 檀原警察署
0744 (23) 0110



睡眠時無呼吸症候群

この病気は、わが国で200万〜300万人あるいはそれ以上の方が発症していると言われています。典型的には次のような方です。

肥満気味の50歳男性、会社の健診で高血圧と言われていますが病院には通っていません。同僚との旅行では「君の大きないびきで眠れなかったよ。」と苦情をいわれ、妻からは「寝ているときに息が止まっている。」と心配されています。一晩に3回も排尿でトイレに行きますが、すぐにまた眠れるので気にしていません。

この病気では仰向きに寝ている時に、舌の奥が重みで下がり、どの奥で空気の流れをふさいでしまいます。呼吸の空気の流れが10秒以上止まることを無呼吸発作と言いますが、これを一晩に何十回も繰り返します。

そのため睡眠中に血圧が上昇し、眠りが浅くなって昼間の眠気やだるさ、居眠り運転につながり、また高



血圧症、不整脈、心筋梗塞などの原因にもなります。高血圧症で薬を服用しても血圧が下がりにくい方は、この病気が隠れているかも知れません。

適切な治療を行うと「熟睡できて夜間トイレも行かなくなりました。」「昼の疲れがなくなりました。」「血圧が下がった。」と喜ばれます。最もよく行われている治療は、持続的陽圧呼吸療法と言い、睡眠中、小さな器械から鼻に密着させたマスクを通して空気を送る、自宅でする簡便な治療法です。

思い当たる方は、ぜひ一度医療機関で相談してください。

奈良県医師会

こんにちは



地域包括支援センターです。

『元気サロン』申し込みのご案内 ～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体も閉じこもってはいませんか？

本町では、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。これからもますます元気で過ごすためにも、ぜひこの機会に、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 1日(火) 10時～11時(受付9時30分～10時)

「楽しく有酸素運動」

8月16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24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時にお越しください。

◎定員 各日、40名(定員になり次第締め切ります。)

◎持ち物 運動できる靴、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。



『にここ介護予防講座』 申込制

【栄養と運動～日常生活で継続できる健康づくり～】

健康を保つためには、栄養、運動、休養のバランスを保つことが大切です。そのためにも、体のしくみから一緒に学んでみませんか？

◎と き 7月25日(火) 13時30分～15時

◎定員 40名(定員になり次第締め切ります。)

『スペシャルリハ運動』 申込制

【気になる足の悩み】

最近転びやすくなったり、つまずきやすくなったりしていませんか？外反母趾で歩きにくいなど、足の悩みについて理学療法士から学んでみませんか？

◎と き 7月20日(木) 9時30分～11時

◎定員 20名(定員になり次第締め切ります。)

◎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)

◎申込方法 7月3日(月)から申し込みを受け付けますので、電話または地域包括支援センター(役場内)にお越しください。

◎申し込み・問い合わせ 地域包括支援センター 0744(52)3334



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。特に、最近では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なりやすく、閉めきった部屋で過ごさず、エアコンや扇風機を利用するなどしましょう。

【熱中症を予防するには？】
○のどが渇く前にこまめに水分補給をする。

○通気性の良い衣服を選び、外出時は帽子と日傘を使用する。
※体調が良くないときは無理に活動しない。

【熱中症の対処方は？】

○涼しい場所へ移動し休息をとる。
○体を冷やす。(冷やしたタオルで首、脇の下、足のつけ根にあてる)

○熱中症の症状が改善しない場合は、医療機関を受診する。

看護職 ミニ就職相談会

地域密着

奈良(中・南・東和地区)で働く！

就職、再就職、転職活動に役立つ情報をお届けします。

◎と き 7月28日(金) 12時30分～16時

◎内容 交流カフェ(お茶を飲みながら、不安や悩みを話し合います)

求人施設紹介、ミニ就職相談会、採血の技術再確認

◎ところ

奈良県看護研修センター3階 大研修室

奈良県橿原市四条町288-8 近鉄八木西口駅、JR畷傍駅 徒歩15分

有料駐車場あり

◎参加費 無料

◎その他 7月20日(木)までに申し込みの方に粗品を贈呈します。

当日参加も歓迎。

求人施設等については、ホームページで確認またはお問い合わせください。

◎申し込み、問い合わせ

公益社団法人奈良県看護協会
奈良県ナースセンター

0744(25)4031
(平日8時30分～17時)

<http://www.nara-kango.or.jp/>

7月のごみ収集日

*ごみ搬出は、所定の場所に前日ではなく当日の午前8時30分までにお願いします。
 *【 】内は次月の最初の収集日。
 *ごみを分別するときは、ごみの分別表および家庭ごみの出し方と分け方ガイドブックを参考にしてください。

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	グリーントウン・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
3日・6日・10日・13日・17日(特別)・20日・24日・27日・31日【8月3日・7日・10日・14日】	4日・7日・11日・14日・18日・21日・25日・28日【8月1日・4日・8日・15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	グリーントウン・清水谷・上子島・下子島・上土佐
4日・18日【8月1日】	11日・25日【8月8日】	6日・20日【8月3日】	13日・27日【8月10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	グリーントウン・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
3日・19日・31日【8月7日】	5日・19日【8月2日】	7日・21日【8月4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	グリーントウン・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
10日・24日【8月14日】	12日・26日【8月9日】	14日・28日【8月9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	岡本班収集大字	勝班収集大字
7月 24日	月		観覚寺・下土佐・上土佐
25日	火	森・佐田・薩摩・松山・市尾	下子島
26日	水	羽内・藤井・田井庄	上子島
27日	木	市尾【曾羽】・谷田	清水谷・吉備・下土佐
28日	金	兵庫・車木・越智	下土佐・観覚寺【駅前】
31日	月	寺崎・与楽	下子島・清水谷



健康相談

とき 8月7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。

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 (子育て交流会と育児相談)

とき 8月7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



大腸がん検診

とき【検便提出日】
7月31日(月)
8時30分～10時受付

ところ 保健センター

対象者 40歳以上

費用 5000円

※①70歳以上②生活保護世帯③非課税額世帯は無料です。
ただし②は受診前の申請、③は受診後の申請が必要です。

内容 便の潜血検査(2日法)
【2日間の便を採取します。】

持参品 問診票 検便容器 検査費用
※検便提出日の3日前までには、問診票と検便容器を保健センターへ取りにきてください。

がん検診推進事業 無料クーポン券送付のお知らせ

対象年齢の方には、5月下旬に子宮がん、乳がん検診の無料クーポン券、検診手帳等を送付しています。

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】
平成8年4月1日生
平成9年4月1日生
昭和51年4月2日～
昭和52年4月1日生

【乳がん検診対象】
昭和51年4月2日～
昭和52年4月1日生



【定期予防接種の種類と対象者】

予防接種の種類	接種対象時期
ヒブワクチン	生後2か月～5歳未満
小児肺炎球菌感染症	生後2か月～5歳未満
四種混合	生後3か月～7歳半未満
不活化ポリオ	生後3か月～7歳半未満
BCG	1歳未満
B型肝炎	1歳未満
水痘	1歳～3歳未満
麻しん風しん混合(MR)1期	1歳～2歳未満
麻しん風しん混合(MR)2期	5歳以上7歳未満の者で 小学校就学前の1年間 (幼稚園・保育所の年長児の年齢に該当する間)
日本脳炎1期(初回・追加)	3歳～7歳半未満(高取町推奨年齢)
日本脳炎2期	9歳以上13歳未満
二種混合	11歳以上13歳未満

予防接種のお知らせ

もうすぐ夏休みです。対象年齢に該当し、まだ接種がお済みでないお子さまは、この夏休みを利用して接種の計画を立てましょう。



※子宮頸がん予防ワクチン予防接種は、定期予防接種に含まれていますが、安全性の検証のため現在積極的な接種勧奨は行っていません。

※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」で必ずご確認ください。

高取泥んこ祭り

第5回 大地と遊ぼう!!

大人も子どもも泥んこになって楽しめる。それが高取泥んこ祭りの魅力です。田んぼで全身泥んこになる気持ち良さを、ぜひ体感してください。

○とき 7月30日(日) 10時～14時

○ところ 市尾墓山古墳周辺

○内容 泥んこフラッグ 泥んこリレー 泥んこ綱引き

お宝さがし争奪戦 (子どものみ) 等

※泥んこ屋台村も出店します。

○参加費 1人500円

※小学生以下は保護者同伴。

○申し込み

<http://doro.takatori.info/>

○問い合わせ

農ある高取推進協議会事務局 (まちづくり課内)



高取町子育て世代包括支援センター掲示板

「あせらない! 悩まない! それでいいよ!」

新生児聴覚検査費用の助成を始めました。

「産後うつ」って知っていますか?



生まれつき聞こえ(聴覚)に問題がある赤ちゃんは、1,000人に1～2人と言われています。早期に発見し、適切な治療、援助をすることにより、言葉などの発達を促し、情緒や社会性を育てることができます。

【内容】新生児聴覚検査費用を上限3,000円(1回)、受診後、申請にてお支払いします。

※原則、生後28日以内の検査で、検査方法は自動聴性脳幹反応検査(AABR)または耳音響放射検査(OAE)に限る。

【対象】平成29年4月1日以降に出生した新生児の保護者で、検査実施日に本町に住民登録のある方。

【問い合わせ】保健センター



あれ?赤ちゃんが生まれて嬉しいはずなのに、ちょっとしたことでも気分が落ち込んだり、涙が出たり、イライラしたりしてしまう…。落ち込んだ状態が一時的なら「マタニティブルー」と言いますが、長引く場合には「産後うつ病」の可能性があります。

産後うつ病とは、産後に現れるうつ症状のことです。出産後2～3週間で発症する人が多いのですが、3～4か月経ってから発症することもあり、産後の女性の約10～20%が発症すると言われています。

主な症状としては、イライラする、憂鬱になる、疲れやすい、涙が出る、不安定な気持ちになる、食欲不振、不眠などです。

原因は、ホルモンバランスと生活環境にあります。産後の女性の体は、妊娠前の状態に戻ろうとするためにホルモンバランスが乱れ、自律神経に影響を及ぼし、心身ともに不安定な状態になっています。ここに育児疲れや孤独感、家事と子育てを両立できないことへの罪悪感などが作用して、産後うつ病を発症すると考えられています。

夫や両親の協力を得られず、一人で育児の全てを抱え込んでしまっているママ、家事も育児も完璧にこなしたいママ、責任感が強いママは特に注意が必要です。

●育児を完璧にやろうと思わない。赤ちゃんの成長に違いがあるのは当たり前です。育児本やインターネット情報などを参考にすることも多いとは思いますが、書いてあることにとらわれすぎないようにしましょう。

●とにかく誰かに話す。心の中にあるイライラや不安は誰かに話すだけで苦痛が解消され、安心感を得ることができます。そのため一人で抱え込まずに、夫やママ友と話す時間を作るようにしましょう。

●うつ病の症状が長引く場合には、一度、心療内科や精神科を受診しましょう。心療内科や精神科に行くことに抵抗がある場合は、出産時に利用した産婦人科や保健センターに相談しましょう。

心配ごと相談所

とき 水曜日 13時～16時
ところ 老人福祉センター 2階

7月の相談日

26日 古森 浩
岸田 道博
西尾 智明
(一般相談)
(敬称略)

※7月の人権相談については1ページをご覧ください。
◎どうぞ、お気軽にお越しください。

