

お知らせ 元気なときにこそ健(検)診を受けましょう

新40歳(S57.4.1～S58.3.31生)の方へ～健康手帳と検(健)診無料クーポン券をお渡しします～

40歳を境にがん、心疾患、脳血管疾患、糖尿病などの発病が多くなります。これらの疾患は予防や早期発見による治療が可能な場合が多いとされています。町では、今年度40歳という節目の歳を迎える方を対

象に、胃・肺・大腸のがん検診と歯科健診、肝炎ウイルス検診の健(検)診無料クーポン券と健康手帳をお渡しします。ご自身の健康を守るため、大いにご活用ください。

がん検診・歯科健診無料クーポン配布について

健(検)診名	無料となる対象年齢
子宮頸がん検診	(21歳)平成13年4月 2日～平成14年4月 1日生
子宮頸がん・乳がん検診	(41歳)昭和56年4月 2日～昭和57年4月 1日生
胃・肺・大腸がん検診、歯科健診、肝炎ウイルス検診	(40歳)昭和57年4月 1日～昭和58年3月31日生
歯科健診	(30歳)平成 4年4月 1日～平成 5年3月31日生
	(50歳)昭和47年4月 1日～昭和48年3月31日生
	(60歳)昭和37年4月 1日～昭和38年3月31日生
	(70歳)昭和27年4月 1日～昭和28年3月31日生

左記の年齢の方々に検(健)診無料クーポン券をお送りします。この機会に検(健)診を受けましょう。

※無料クーポン券は、6月末に郵送予定です。クーポン券がお手元に届かない場合はご連絡ください。

※子宮頸がん・乳がん検診無料クーポンについては、令和4年4月21日時点で吉野町に住居登録がある方を対象に6月末までに郵送予定です。また、子宮頸がん・乳がん検診は2年に1度の検診となるため、今回対象年齢であっても、昨年度、町の検診を受診している方にはクーポン券を送付しておりません。

5月31日～6月6日は
禁煙週間です！

たばこの健康影響を知ろう！

～若者への健康影響について～

6月最初の1週間は禁煙週間です。たばこにはニコチンなど強い依存性のある物質が含まれており、喫煙している方が禁煙を1週間続ける事は大きな努力と忍耐が必要であると言われてます。しかし、個人差はありますが、この辛い1週間を乗り越えると『吸いたい欲求』は乗り越えられると言われてます。禁煙週間の1週間から、禁煙を始めませんか？

保健センターでは、禁煙・受動喫煙についてのご相談を受け付けています。お気軽にご相談ください。



奈良県在住・在勤の方に限り無料で利用できる禁煙応援サイト“禁煙マラソン”もぜひご活用ください。詳しくは『すこやかネット奈良』のサイトをご覧ください。

「すこやかネットなら」はこちらから →
<http://www3.pref.nara.jp/sukoyaka/1033.htm>



見守りあんしんシールを交付します

近年、認知症等を原因とした高齢者等の行方不明事案が全国で深刻な問題となっています。

そこで、吉野町では認知症等が原因で行方不明となる可能性のある高齢者等の安全及び介護される方やご家族の精神的負担の軽減を図るために、「見守りあんしんシール」を交付しています。

▶見守りあんしんシールの特徴

二次元コードがついたシールを衣服等に貼り付けておくことで、万が一、行方不明となり、発見・保護された場合は、発見者が現在の居場所等を入力すると保護者あてにメールが自動送信されます。発見者と保護者の双方で直接やり取りができるため、保護者は24時間365日いつでも素早く高齢者を迎えに行くことができます。

発見者と保護者は伝言板機能を使って連絡するため、お互いの個人情報には触れることはありません。

▶シールの交付枚数

アイロンプリントシール20枚
蓄光シール10枚

【見守りあんしんシール 見本】



現物の大きさ
たて2.4cm
よこ5.0cm

※衣服や持ち物等にこのシールを貼っている方を見かけられたときは、スマートフォン等で二次元コードを読み取っていただくよう、ご協力をお願いします。

▶対象になる方

町内に住所を有する高齢者等で、認知症等が原因で行方不明となる可能性のある方、その他、見守り安心シールが必要と認められる方等です。

▶申請できる方

ご本人、対象者の親族又は後見人・保佐人の方は申請していただけます。身分を証明できるものをご持参ください。

▶申込み・お問い合わせ

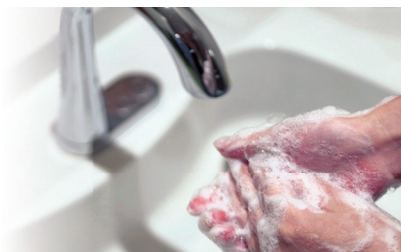
吉野町地域包括支援センター(長寿福祉課内)まで
NTT…TEL(32)8856 IP直通…TEL(39)9078

食中毒に注意!

初夏になると気温が高く、じめじめとした日が増えます。このような時に多いのが食中毒です。食中毒予防3原則で食中毒を防ぎましょう。

「つけない」のポイント

- ・おむつ交換など排泄物に触れた時、生肉など生ものに触れた時はすぐに手を洗いましょう。
- ・生で食べる野菜など、加熱しない食品は、包丁やまな板などの調理器具を別にして、生の肉や魚などに触れないようにしましょう。
- ・手の洗い忘れが多いのは、親指、指の間、爪の間です。指一本一本石鹸で十分に洗いましょう。



食中毒予防3原則

つけない(洗う)
増やさない(冷蔵庫保存)
やっつける(加熱)

「増やさない」のポイント

- ・生ものは長時間常温の環境に置く事を避け、冷蔵庫で保管しましょう。
- ・冷蔵庫の温度は10度以下、冷凍庫の温度は-15度以下に保ちましょう。

「やっつける」のポイント

- ・食材は、しっかりと中まで火を通す事が重要です。75度以上の温度で1分間以上加熱しましょう。

“いただきます 人生100年 歯と共に”

～6月4日から6月10日は歯と口の健康週間です～



歯と口は健康に生きていく力を支えるものであり、健康を保つためには、歯科疾患の予防や歯と口の健康を保持することが重要となります。

歯科疾患を早い時点で見つけ、治療につなげることで悪化を防ぎ、歯の寿命を伸ばすことができます。この機会に歯と口の健康について振り返ってみませんか？

高齢者よい歯の健康コンクール 8020運動

▶応募資格

吉野町在住で、本年6月1日現在で70歳以上のよい歯の保持者(自薦、他薦、昨年度の入賞者いずれも可)

▶申込み

7月8日(金)までに町内各歯科医院で予備審査を受けてください。

医療機関名	所在地	電話番号
木村歯科医院	新子364	TEL(36)6953
笹木歯科医院	丹治135-3	TEL(32)5048
辻井歯科医院	平尾312	TEL(32)8134
土居歯科医院	立野222	TEL(32)2623
森口歯科医院	上市2345	TEL(32)2568

▶審査基準

- どれだけの歯が残っているか
- 丈夫な歯であるか
- 健康状態はよいか
- 生活習慣はよいか

▶表彰

入賞者には、賞状・記念品を贈呈します。

80歳になっても
自分の歯を20本以上
保つことを目標に
しましょう。

岡長寿福祉課 NTT…TEL(32)8856 IP…TEL(39)9078
または町内各歯科医院へ

後期高齢者を対象に「お口の健康診査」口腔健診を実施します

高齢者の健康を保持・増進し、生活の質(QOL)の向上を図り、健康寿命の延伸を目的とします。

▶健診対象者

75歳・80歳・85歳(4月1日現在)の奈良県後期高齢者医療被保険者

▶一部負担金 なし(無料で受診できます)

▶実施期間 6月1日～11月30日

▶実施方法

一般社団法人奈良県歯科医師会に属する奈良県の歯科医療機関にて、口腔健診を実施

口腔健診の申込み方法

口腔健診実施歯科医療機関一覧表にある歯科医療機関へ事前にご予約いただき、受診当日に受診券(はがき)(※)と被保険者証をご持参ください。

※受診券(はがき)は5月下旬に奈良県後期高齢者医療広域連合より健診対象の被保険者の方へ送付されます。

岡奈良県後期高齢者医療広域連合 事業課
TEL0744(29)8430

口腔健診実施歯科医療機関一覧表
(吉野町・大淀町・下市町)

医療機関名	所在地	電話番号
木村歯科医院	吉野町新子364	TEL(36)6953
笹木歯科医院	吉野町丹治135-3	TEL(32)5048
辻井歯科医院	吉野町平尾312	TEL(32)8134
土居歯科医院	吉野町立野222-1	TEL(32)2623
医療法人さくら会 森口歯科医院	吉野町上市2345	TEL(32)2568
今西歯科医院	大淀町下淵96	TEL0747(52)7841
今元歯科	大淀町下淵195-1	TEL0747(52)0821
医療法人 うえむら歯科医院	大淀町桧垣本 1677-1	TEL0747(52)2468
岡下歯科医院	大淀町下淵908-1	TEL0747(52)2266
尾上歯科医院	大淀町新野241-1	TEL(32)0006
榎本歯科医院	下市町下市35-13	TEL0747(52)2115
北村歯科医院	下市町下市479-1	TEL0747(52)6766
木村歯科医院	下市町下市355	TEL0747(52)6611

陶芸サロン・木工教室参加者募集

「住み慣れたこの“吉野町”でいつまでも元気に過ごすために」楽しみながら思い出豊かな作品づくりをしてみませんか。

【陶芸サロン】

- ▶日時 毎週土曜日 9時～15時
- ▶場所 老人福祉センター付設作業所(樫井)
- ▶参加費用 毎月500円
- ▶対象 町内在住65歳以上の方

【木工教室】

- ▶日時 毎週火・土曜日のうち月5回 9時～15時
- ▶場所 吉野町橋屋260番地
- ▶参加費用 材料費自己負担及び毎月1,000円
- ▶対象 町内在住65歳以上の方

▶申込み・お問い合わせ

吉野町地域包括支援センター(長寿福祉課内)まで
NTT…TEL(32)8856 IP直通…TEL(39)9078

中途失明者等 生活訓練の希望者募集

奈良県では中途失明者等の視覚障がい者に対して、自立生活に必要な各種訓練を行い社会参加の促進を図るため、「中途失明者等生活訓練事業」を実施します。

訓練を希望される方は、締切日までに長寿福祉課までご連絡ください。申込者が予定人数を上回った場合は、新規受付の方の優先とします。

▶対象

奈良県内に居住する在宅の重度の視覚障がい者

▶訓練内容

 自宅に指導員を派遣して訓練、指導を行う。

- (1)歩行訓練
- (2)コミュニケーション訓練
- (3)日常生活動作訓練
- (4)パソコン等情報支援機器の操作に関する訓練
- (5)その他対象者の生活に必要な助言、指導

▶費用

 無料(教材等は実費となることがあります。)

▶締切日

 6月24日(金)

閩長寿福祉課

NTT…TEL(32)8856 IP直通…TEL(39)9078
FAX(32)4690

シニア県展

(第51回奈良県高齢者美術展)作品募集

作品創作をとおして、高齢者の積極的な社会参加と生きがいづくりを推進するとともに、高齢者の社会・文化活動について一層の普及啓発を図るため、次の要領にて開催します。

- ▶開催日時 9月2日(金)～9月7日(水) 9時～16時
(9月5日は休館)
- ▶開催場所 奈良県文化会館 展示室
- ▶出品資格 県内在住で昭和39年4月1日以前に生まれたアマチュア
- ▶出品部門 日本画、洋画、書、工芸、手芸、写真(6部門)
- ▶出品手数料 1点1,000円
- ▶出品作品 出品者により創作されたもので、1部門につき1人2点までとし、未発表のものに限る。
- ▶出品申込み 7月15日(金)までに長寿福祉課まで申し込んでください。申込書は長寿福祉課で配布しています。

※シニア県展(第51回奈良県高齢者美術展)出品要領は、申込時にお渡しします。

閩(福)奈良県社会福祉協議会 すこやか長寿センター
TEL0744(29)0120

または長寿福祉課

NTT…TEL(32)8856 IP直通…TEL(39)9078

障がいをお持ちの方の交流ひろば

「吉野さくらサロン」情報

吉野町にお住まいで障がいをお持ちの方が、季節の催しを一緒に楽しんだり、ゲームや創作活動をして過ごすなど、身近に集える場「吉野さくらサロン」にお気軽にお越しください。生活相談では、日常生活での困りごと等の相談を面談または電話でお受けしています。

▶開催日

 6月2日(木)・16日(木)

※新型コロナウイルス感染状況により、開催を中止する場合があります。事前にお問い合わせください。

▶時間

 各日13時～15時

▶場所

 健やか一番館 3階

▶参加費

 100円(茶菓子代として)

▶お問い合わせ・電話生活相談

長寿福祉課

NTT…TEL(32)8856 IP直通…TEL(39)9078