



子育て中の親子が交流する場や子育て相談

名前	月日	場所	時間	対象	内容	お問合せ
にこにこルーム	5月11日(木) 5月18日(木) 5月25日(木)	よしのこども園	9:30～ 11:30	未就園児と 保護者	親子で気軽に集まり、自由に過ごします。 ※ご都合の良い時間にお越しください。 (申込不要)	教育委員会事務局 教育総務課 (1P) Tel 32-0190
にこにこランド	5月 9日(火) 5月16日(火) 5月23日(火) 5月30日(火)	よしのこども園 わかばこども園 よしのこども園 わかばこども園	9:30～ 11:30	未就園児と 保護者	みんなでふれあい遊びや製作をします。 ※申込不要	
子育て相談	5月27日(土)	吉野町 中央公民館	13:00～ 16:00	子育てに 関わっている方	子育てに関する悩みや心配事をお気軽にお話してください。臨床心理士がお待ちしています。※事前にお申し込みください。	
すこやか相談	5月12日(金)	保健センター (健やか一番館 4階)	13:00～ 16:00	就学前の児と 保護者	就学前のお子さんを対象に心理士による相談を行います。 ※事前にお申し込みください。	長寿福祉課 保健センター (NTT)Tel 32-0521 (1P) Tel 39-9079
育児相談	5月26日(金)		10:00～ 11:00	2歳児までの 乳幼児と 保護者	育児に関する悩みや心配事をお気軽にお話してください。保健師がお待ちしています。※申込不要	
育児サークル 「ぴよぴよ広場」	5月19日(金)		10:00～ 11:00	未就園児と 保護者・妊婦	お母さんもお子さんも使えるヘアゴムをハンドメイド※当日までにお申し込みください。	

母子保健事業(保健センターにて) ※幼児歯科健診対象の方には個別でお知らせします。

事業名	実施日	受付時間	対象	
幼児歯科健診	5月17日(水)	13:00～ ※完全予約制	R2年8月～R2年11月生	R1年12月～R2年3月生
妊婦歯科健診			妊娠中の方	

※3密を防ぐため、完全予約制で実施します。ご希望の方は、必ず電話予約をお願いします。【Tel (39) 9079】

3月3日に育児サークル(ぴよぴよ広場)を開催しました

今回の内容は女性の健康週間ということで、お母さん方の骨密度測定を実施しました。育児・家事が優先され自身の健康が二の次になっていませんか?お母さんの健康はお子さんや家族、そして私たちにとってもすごく大事です。体の心配事や心の悩みがあればいつでも保健センターにご連絡ください。

petapeta



測定後はお待ちかねの手形足形アート。講師はキットパスアートインストラクターのpetapeta-art®アドバイザーいしいかおりさんです。ひなまつりにちなんだアートでお母さんもお子さんも装飾を楽しんでいました。「大きくなるのはあつという間だね」と子どもの成長を実感できる場となりました。

次回のぴよぴよ広場は5月19日(金)

「お母さんもお子さんも使用できるヘアゴムをハンドメイド」を開催予定です。申込は保健センターへ

ご案内

特定・長寿・若年者健診

ピンク色▶後期高齢者医療保険加入者



白色▶国民健康保険加入者

5月に国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している30歳以上の方へ健康診査受診券をお送りします。受診方法は下記の「A・B・C」のいずれかからお選びください。疾病の早期発見や重症化予防のため、1年に1回は健康診査を受けましょう!

おすすめ

A 集団ミニドック

健康診査とがん検診などが同時に受けられます

開催日	会場	受付時間
6月24日(土)・25日(日) 9月8日(金)・9日(土)	保健センター	8時30分～11時 (個別に通知します)
9月28日(木)	吉野運動公園	9時～11時 (個別に通知します)
9月29日(金)	南国栖自治会館	
10月5日(木)	宮滝河川交流センター	
10月28日(土)・29日(日) 11月19日(日) 12月2日(土)・3日(日)	保健センター	8時30分～11時 (個別に通知します)

ご注意

- ▶6月25日(日)・9月9日(土)・10月28日(土)・12月2日(土)は歯科健診の実施なし
- ▶11月19日(日)は乳がん検診&託児サービスあり

<お願い>

- ※感染症や災害等により、日程を変更、中止する場合があります。
- ※申込が多数となった場合は日程の変更をお願いする場合があります。

無料

健康診査の内容

問診、診察(視診・触診・聴打診)、身体計測(身長・体重・胸囲(特定・若年者のみ))、血圧測定、尿検査(尿糖・尿タンパク)、心電図検査、血液検査(脂質検査・肝機能検査・血糖検査・痛風検査、貧血検査、腎機能検査など)

各がん検診等

胃がん検診(ABC検診)、肺がん・結核検診、大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、歯科健診、乳がん検診(11月19日のみ)、風しん抗体検査

※健診(検診)方法・がん検診費用等の詳細は、受診券に同封されているリーフレットをご覧ください。

申込方法

①受診券に同封されている申込はがきに必要事項を記入し、返送してください。(切手不要)

②申込はこちらからも▶



【申込期限は受診希望日の2週間前まで】
申込後、健診日の7日前にご案内等を送付します。

B 個別健診

健康診査のみの受診(40歳以上の方が対象)

- 医療機関を選ぶ 受診券に同封の「健診実施医療機関一覧」をご覧ください。
- 電話で申し込む 「吉野町の健康診査を受診します」とお伝えください。
- 予約日に受診 当日は受診券・質問票・保険証をご持参ください。

C 人間ドック

国民健康保険加入者のみ

南奈良総合医療センターで人間ドックを受ける方に費用の一部を助成します。定員がありますのであらかじめご了承ください。(申込先着順に受付)

- ▶助成金額 ①今年度内に満40歳になる方…上限37,000円×消費税
- ②①以外の方…上限20,000円

いきいき健康 吉野町保健センターです!

問い合わせ・申込み…保健センター(長寿福祉課) NTT…Tel(32)0521、IP…(39)9079

場所の記入がない事業は保健センター(健やか一番館4階)にて行います。交付・申請窓口は3階です。詳細は、広報4月号と同時配付した「令和5年度健康づくりカレンダー」をご覧ください。カレンダーは令和6年3月末まで保管してください。

令和5年度の健(検)診申込受付中! 元気なときにこそ健(検)診を受けましょう

医療機関で
個別がん検診が
受診できます!

集団検診では日程が合わないという方や医療機関でのがん検診を希望する方には、子宮(頸部)・乳・大腸・胃の各がん検診を医療機関で受けることができます。この機会にがん検診を受診しませんか?

指定医療機関	住 所	電 話 番 号	対 象 者	検 診 内 容	料 金		
胃がん	錦織病院	橿原市木原町77-1	0744(29)5600	平成6年3月31日以前に生まれた方 受診は1年に1回 ※昨年度に胃カメラ検診を受けた方は対象となりません	胃部X線(バリウム)検診 間接撮影	30~69歳:4,000円 70~74歳:3,500円 75歳以上:無料	
	大和橿原病院	橿原市石川町81	0744(27)1071				
	カメラ検診	南奈良総合医療センター	大淀町福神8-1	0747(54)5000	昭和49年3月31日以前に生まれた方 カメラ検診を受診した後は、2年後のX線またはカメラ検診の対象となります。	胃部内視鏡(カメラ)検診	50~69歳:4,000円 70~74歳:3,500円 75歳以上:無料
		榎本医院	御所市戸毛1130	0745(67)0008			
大腸がん	島田医院	上市126	0746(32)2026	平成6年3月31日以前に生まれた方 受診は年に1回	2日分の便潜血検査(検便検査)	30~69歳:1,000円 70~74歳:400円 75歳以上:無料	
	潮田クリニック	上市2135	0746(32)3381				
	ますだクリニック北野	大淀町北野123-10	0746(32)8787				
乳がん	南奈良総合医療センター	大淀町福神8-1	0747(54)5000	昭和59年3月31日以前に生まれた方 受診は2年に1回	マンモグラフィ(乳房X線)検査	40~49歳:2,500円 50~69歳:2,000円 70~74歳:1,000円 75歳以上:無料	
	済生会中和病院	桜井市阿部323	0744(43)5001				
	平尾病院	橿原市兵部町6-28	0744(24)4700(午後)				
	平成記念病院	橿原市四条町827	0744(29)3332※				
	鎌田医院 田園診療所	五條市田園3丁目11番10号	0747(26)1150				
子宮頸がん	保健センターにお問い合わせください。		平成16年3月31日以前に生まれた方 受診は2年に1回	子宮の頸部(入り口付近)を軽くこすって細胞を採取し、顕微鏡で調べる検査	20~69歳:2,000円 70~74歳:1,400円 75歳以上:無料		

※13時~16時

受診方法

胃がん検診
乳がん検診
子宮頸部がん検診

- ①保健センターに申し込む。(受診券を発行します)
- ②指定の医療機関に検診申込をする。(医療機関によって申込方法が異なります。詳しくは保健センターにお問い合わせください。)
- ③指定医療機関を受診する。

大腸がん検診

医療機関に
直接予約の
うえ受診する。

医療機関は追加・変更されることがあります。その場合は広報よしのまたは吉野町ウェブサイトでお知らせします。

健康相談(予約制・無料)

- ▶**内容** 生活習慣病(糖尿病・高血圧・脂質異常症・メタボリックシンドローム等)の改善や予防などに関する個別相談に保健師が応じます。

実施日	実施時間	持ち物
5月23日(火)	13:30~15:00	健診結果、筆記用具 メガネ等

～昭和59年4月1日から平成16年3月31日生まれの女性の方へ～

乳がん検診(マンモグラフィまたは乳腺エコー)の費用を助成します

▶助成額

検診に要した費用の3分の2の額(限度4000円)
※100円未満切り捨て

▶助成の申請方法

- ①各医療機関にて検診を受診し、定められた料金を窓口にて支払う。
- ②受診後に印鑑、領収書等、預金通帳(口座番号がわかるもの)を持参のうえ、保健センターに申請する。
- ③助成金が指定口座に振り込まれる。

▶助成の対象とならない方

- ・乳房について治療中または経過観察中の方
- ・乳房にしこりや痛み等なんらかの自覚症状のある方など

※令和5年4月1日から

令和6年3月31日に受診

した乳がん検診が対象となります。

詳しくは保健センターまでお問い合わせください。

助成は2年に1回

世界禁煙デー(5月31日)・禁煙週間(5月31日～6月6日)

禁煙するのは若いほど良いですが、長年タバコを吸ってきた方も禁煙するのに遅すぎることはありません。30歳までに禁煙すれば元々喫煙しなかった人と同様の余命が期待できることや、50歳で禁煙しても6年長くなることがわかっています(注1)。

健康への効果として、禁煙すると24時間で心臓発作のリスクの低下がみられますが、その後比較的早期にみられる健康改善には、せきやたんなどの呼吸器症状やインフルエンザなど呼吸器感染症にかかる危険が低下することがあげられます(注2)。

(注1)(注2)厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト「禁煙の効果について」より引用。詳しくは、こちら



奈良県では禁煙応援サイトとして、サポートプログラム『禁煙マラソン』を無料でご利用できます。詳しくは、こちら



人工肛門・人工膀胱(オストメイト)の方に個別相談会を開催します

人工肛門・人工膀胱をもたれて、いろいろな悩みや苦勞があると思います。ひとりで抱え込まず、専門家や同じ立場の人に相談してください。

▶日時・場所

- ①5月16日(火) 9時～正午 奈良市西部公民館
- ②5月20日(土) 9時～正午 奈良県社会福祉総合センター

▶相談対応者

専門看護師、支部役員(ピアサポーター)
ストーマ装具業者(製品を展示)

▶相談料 無料(申込不要)

▶**対象者** 県内にお住まいのオストメイトの方
 関公益社団法人日本オストミー協会 奈良県支部

川崎真弘 TEL090(2110)5032

よしのスマイル体操をご存じですか？



1～2年程度で映像を更新しています。現在放送中のものは、長寿福祉課の職員が出演して、吉野さくら学園で収録しました。

CVY11チャンネルで毎日6回、定時番組の直前に放送しています。健康長寿を目指すためにつくられた体操で、「吉野小唄」に合わせて身体を動かします。立っても、座ってもできる体操で、介護予防にもなります。若い方でも少し身体を動かすのにピッタリです♪テレビを見ながら気軽にできるので、ぜひやってみてくださいね。

『困ったときはおたがいさま』Tシャツは、助け合いの輪をあらわしているんです…



背中のおててでつながるハート

新型コロナ
ワクチン

COVID-19 Information 新型コロナ対策関連情報

令和5年 春 開始接種 接種券等の配送日のお知らせ

- ▶ 令和5年6月3日時点で、65歳以上の方
- ▶ 以前に基礎疾患で接種券を申請した方



最終接種日	接種券発送日
～令和4年11月12日	令和5年5月8日
令和4年11月13日～11月19日	令和5年5月10日
令和4年11月20日～12月2日	令和5年5月12日
令和4年12月3日～12月13日	令和5年5月15日
令和4年12月14日～令和5年3月3日	令和5年5月17日

- ▶ 上記以外の令和5年6月3日時点で、12歳以上64歳以下の方



最終接種日	案内チラシ発送日
～令和4年8月7日	令和5年5月8日
令和4年8月8日～令和5年3月3日	令和5年5月12日

※令和5年3月4日以降にコロナワクチン接種を受けた方は、接種が可能となる時期に順次発送します。

上記の日程より前に接種券が必要な場合は、町保健センター（Tel.32-0521）までお問い合わせください。