

未然に防ごうヒートショック

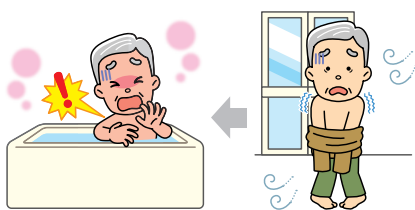
ヒートショックとは、大きな気温の変化によって血圧が乱高下し、心臓や血管等の病気が起こることをいいます。引き起こされる病気には脳卒中や心疾患等の重大な病気が多く、発症すれば入院が必要となる可能性があります。特に冬場から春先にかけて冷え込む時期に浴室での発生が多くなります。

【予防の5つのポイント】

- ▶ 入浴前に脱衣所や浴室を温めておく
- ▶ 食後や飲酒後の入浴は避け、入浴前にしっかりと水分補給を実施する
- ▶ 入浴前に家族等に一声掛けて意識してもらおう
- ▶ 掛け湯をしてから浴槽につかる
- ▶ 急激な血圧の低下を防ぐため、浴槽からはゆっくりと立ち上がる

ヒートショックを起こす危険性の高い高齢者の方、基礎疾患や生活習慣病を指摘されている、又は治療中である方は特に注意し、これらのポイントを心掛け、ヒートショックを未然に防ぎましょう。

閩奈良県広域消防組合 吉野消防署
☎(32)1011



有害鳥獣駆除対策

吉野町は、平成25年度に猟友会吉野支部で構成する「吉野町鳥獣被害対策実施隊」を組織し、地域からの要望を受け、有害鳥獣駆除を実施しています。

◆有害鳥獣捕獲頭数(10月分)

ニホンジカ26頭 イノシシ1頭
令和5年度 累計138頭

閩暮らし環境整備課農林振興室
☎(32)3081

お知らせ

【講演】学芸員はしゃべりたい

吉野の小話、よもやま話を開催します。

☑12月22日(金)19時～(1時間程度)

所 吉野町中央公民館 第3研修室

内 「元正天皇の吉野行幸について、ちょっと考えてみた」

▶ 話者 吉野町産業観光課(兼吉野歴史資料館) 学芸職員 中東洋行

¥100円(資料代として)

申 不要(当日、直接会場へお越しください)

閩産業観光課☎(32)3081



12月4日～12月10日は人権週間です

国際連合は、昭和23年(1948年)第3回総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、第5回総会において採択日の12月10日を「世界人権デー(Human Rights Day)」と定めています。

法務省・全国人権擁護委員連合会は、12月4日から10日までを「人権週間」と定め、人権尊重思想の普及高揚の為の啓発活動を全国的に展開しています。この機会に、人権について改めて考えてみましょう。

【特設人権相談所】

人権週間に合わせ吉野町人権擁護委員による特設人権相談所が開設されます。

☑12月5日(火)10時～12時

所 吉野町中央公民館1階 応接室

閩町民税務課 人権担当 ☎(32)3081

募 集

公営住宅入居者募集

【随時募集(受付中)】

- ▶ 上市駅東口町営住宅 1戸
- ▶ 燦上市テナント(1A・1B・1C・2A)
- ▶ 燦上市住居(4C)
- ※家賃や入居資格等

詳しくはウェブサイトへ➡



閩町民税務課 住宅担当 ☎(32)3081

(土・日・祝日は除く)

自衛官募集

自衛官候補生(中途採用も含む)

☑18歳以上33歳未満。(32歳の方は、採用予定月の1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達しない方)

▶ 受付期限 年間を通じて実施

☑受付時または自衛隊奈良地方協力本部のウェブサイトにてお知らせします。

所 別にお知らせします。

▶ 試験種目 筆記試験・口述試験・適性検査・身体検査等

閩自衛隊奈良地方協力本部 五條地域事務所☎0747(22)3789

詳しくはウェブサイトへ➡



放送大学入学生募集

放送大学では2024年4月入学生を募集しています。

▶ 幅広い世代の8万5千人以上の学生が、大学卒業や学びの楽しみなど、様々な目的で学んでいます。

▶ 福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学・心理学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。

▶ 出願期間 2024年2月29日(第1回)、3月12日(第2回)

※資料請求は放送大学奈良学習センターへ ☎0742(20)7870

小学生～高校生 春休み海外研修

公益財団法人国際青少年研修協会では、春休み海外研修交流事業の参加者を募集しています。海外生活を通して交流を体験し、国際感覚を養うことを目的に実施します。安心して参加できるように事前説明会(オンライン・対面式)や事前研修会を実施し、準備からサポートします。

対小3～高3(コースにより異なります)

▶研修国 イギリス・オーストラリア・カナダ・サイパン・ハワイ・カンボジア・ネパール

内ホームステイ・英語研修・学校訪問・文化交流・地域見学・野外活動等

※日程・参加費・申込締切などは研修国(コース)によって異なります。詳しくは下記までお問い合わせください。

問(公財)国際青少年研修協会

☎03(6825)3130

🌐<http://www.kskk.or.jp>

中退共で退職金

「中退共」は中小企業のための国の退職金制度です。

▶国の退職金制度…掛金の一部を国が助成します。

▶外部積立型で管理や運用の手間がかかりません。

▶掛金は全額非課税でおトク…節税に加え、手数料もかかりません。

▶パートタイマーさんも加入できます。

▶他の退職金・企業年金制度等との資産移換も可能です。

※詳しくはウェブサイト参照…「中退共」で検索

問独立行政法人勤労者退職金共済機構
中小企業退職金共済事業本部

☎03(6907)1234

FAX03(5955)8211

知っていますか「建退共制度」

建設業退職金共済制度は、中小企業退職金共済法に基づき、建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された退職金制度です。

この制度は事業主の方々が、労働者の働いた日数に応じて掛金となる共済証紙または退職金ポイントを積み立て、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。

▶国の制度なので安全、確実。申込手続は簡単です。

▶事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

▶経営事項審査の加点評価対象です。

▶掛金の一部を国が助成します。

問建退共奈良支部 ☎0742(22)3345

C型肝炎ウイルス検査

医学メモ

肝臓は沈黙の臓器と言われて、肝炎などの慢性の病気になるにしても自覚症状が乏しいため、病気が進行してから診断されることが多く、早期発見、早期治療が難しい臓器です。肝臓の病気の原因には、肝炎ウイルス、脂肪肝、薬物、アルコール、自己免疫などがありますが、今回は、C型肝炎についてお話します。

C型肝炎ウイルス(HCV)は1988年に発見され、HCV感染者の血液や体液を介して感染し、主な感染経路は輸血、汚染された注射器の使用、刺青などで、感染率は低いですが母子感染、性行為感染もあります。しかしHCV感染血液に直接触れなければ、一般の日常生活で感染する可能性はほとんどありません。

HCVに感染すると、約20～30%の人はウイルスを体内より排除できますが、残りの約70%は持続感染者となり、慢性肝炎、肝硬変、さらに肝臓がんに行進するといわれています。我が国のHCV持続感染者は、約90万人と推定され、肝炎発症患者さんは約30万人といわれています。

す。しかし、HCVに感染していても、気が付いていない方もおられます。そのため国は全ての国民に少なくとも1回は肝炎ウイルス検査を受ける必要があると考えています。HCV感染は採血で、HCV抗体検査を行います。陽性なら精密検査で、血液中にHCV遺伝子があるかどうかを確認し、確定診断します。奈良県では、40歳以上の方にB型とC型肝炎ウイルス検査が市町村の肝炎ウイルス検診で受けられ、保健所では、無料でB型・C型肝炎検査を行っています。

近年、C型慢性肝炎・肝硬変治療は、新薬が開発され、治療効果が劇的に改善され、95%以上の患者さんにHCVの排除が可能となり、C型肝炎は治る時代を迎えました。奈良県は肝炎検診の受診率が全国でかなり低い方です。一度も肝炎検査を受けていない方や、肝炎検査の結果がわからない方は、地域の市町村、保健所にお問い合わせの上、肝炎検診を受けてください。

奈良県医師会