

たわらもと

Tawaramoto Town Public Relations

コロナ禍だからこそ
楽しく運動を！



「いのまちに住む」選択の理由
～子育て施策の充実、土地活用の促進～

近年、田原本町への転入者は増加傾向にあります。奈良県推計人口調査から、社会増減を見てみると平成29年年報（平成28年10月～平成29年9月）あたりから改善傾向となり、直近の令和2年年報（令和元年10月～令和2年9月）においては97人の社会増となりました。そして、その増加率は県内4位と上位に位置しています。

私は田原本町長に就任して以来、子育て施策を重点的に取り組んでまいりました。子どもたちのために、町立の小中学校に特別な支援等を要する児童・生徒をサポートする支援員等を町単独費用で配置、町立幼稚園の耐震化、中学校給食の開始、平野幼稚園・田原本幼稚園の認定こども園化、預かり保育の実施、小規模保育園2カ所の開園、国の幼児教育・保育の無償化に伴う町の財源を活用した給食費（副食費）の無償化など…さまざまな施策を実行してまいりました。それが、子育て世代の皆さまに「田原本町に住む」選択をしていただく後押しになっているのではないかと考えています。

※社会増減…転入者数－転出者数。
転入者数が上回れば「社会増」となる。



田原本町長 森 章浩

そしてもう一つ、町に定住いただく後押しとして進めているのが、田原本町の土地活用のあり方を検討することです。

町では「都市計画法に基づく開発許可の基準に関する条例」に規定する区域指定（本紙9ページに掲載）を積極的に進めています。区域指定された市街化調整区域では、どなたでも一戸建ての住宅を容易に建築することができるとともに、空き家の利活用にも貢献でき、その解消が期待されます。これにより、新たな人呼び込むことにつながり、より活気ある地域づくりが寄与できるものと考えています。現在、宮古・平野・西竹田・大網・黒田・佐味の6地区が指定済みで、新たに唐古地区の指定に向けて進めています。今後、ご協力いただける自治会がありましたら、積極的に進めてまいりたいと考えています。

広報 たわらもと 令和3年 6月号目次

今月の表紙

特集 p.4_7

さあ、からだを動かそう

- p.2 町長メッセージ
- p.3 ワクチン接種班だより
- p.8 まちの話題
- p.9 お知らせ+
- p.12 お知らせ
- p.16 国保中央病院だより、料理
- p.17 無料相談窓口
- p.18 輝くまち・ひと
- p.19 図書館だより
- p.21 健康カレンダー



たわらもとヘルスケアプロジェクトに参加し、活動量計を利用しながら健康のため汗を流す4人組。健康情報を広める口コミ隊「健幸アンバサダー」としてもご活躍されています。

本紙4ページ目からの特集でも取り上げておりますので、ぜひご覧ください。

ワクチン接種班だより

新型コロナウイルスワクチン接種推進班



町ホームページ
新型コロナウイルス
ワクチン関連情報

新型コロナウイルス予防接種が本格的に始まりました

■ 予防接種が進んでいます

町では、4月中旬から高齢者入所施設で、4月下旬から中央体育館での集団接種を開始しており、5月15日までに、医療従事者と高齢者を合わせて2,088人が接種しました。このうち361人が2回目の接種を終えています。

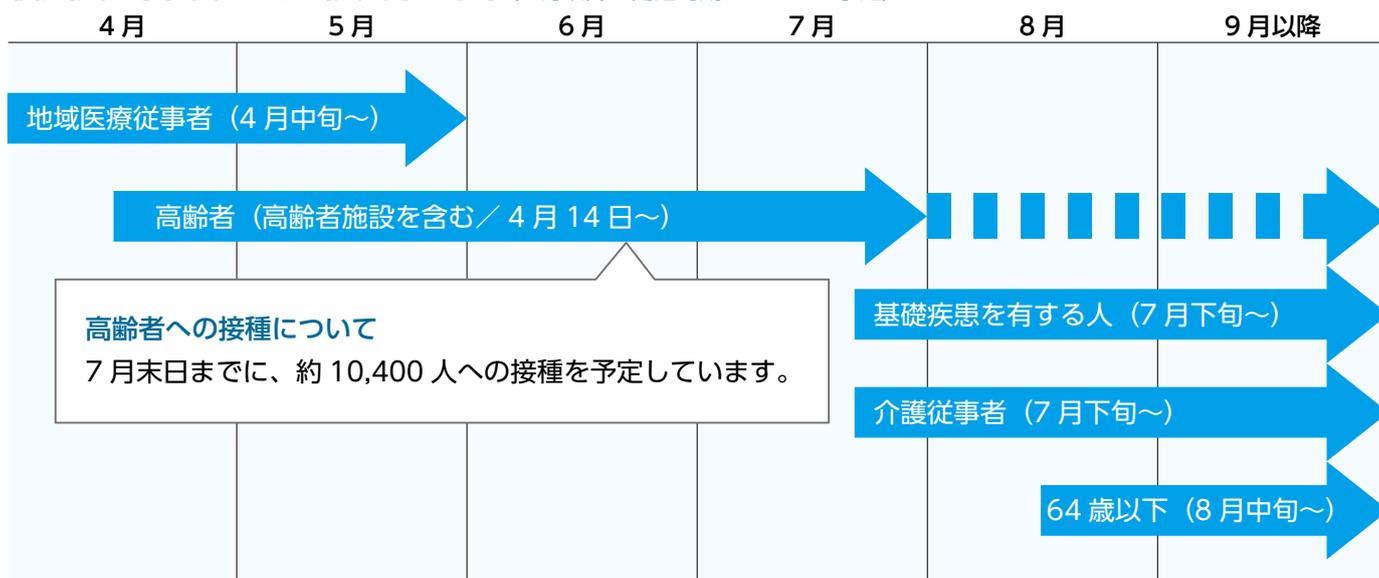
接種実績は、随時町ホームページで公表します。



集団接種の様子



優先接種対象順位ごとの接種開始時期（7月以降の開始時期については予定）



■ 接種券（クーポン券）を順次送付しています

町では、高齢者の人たちについて、7月中に2回の接種をしていただけるように計画しています。

また、6月上旬までに65歳以上のすべての人に接種券（クーポン券）をお届けするよう発送作業を進めています。到着後は、接種日まで紛失しないよう大切に保管してください。

転入された人へ

町のクーポン券を発行する手続きが必要です。コールセンターまでご連絡ください。

町新型コロナウイルスワクチンコールセンター

☎ 33-9567 / 📠 32-2977

■ 今後のスケジュール

予防接種の今後のスケジュールについては、本紙折込の広報たわらもと号外第8号をご確認ください。

また、最新の情報については町ホームページをご確認ください。



対策をきちんとして、準備ができれば…

さあ、からだを動かそう



夫婦で仲良くウォーキング (場所:やすらぎ公園)

コロナ禍の真っ只中、自粛ムードが続く昨今。こんな時だからこそ、きちんと対策をして、適度に外に出かけて運動することは、心とからだの健康を維持するために重要なことです。

今回、新たにスタートしているたわらもとヘルスケアプロジェクト「健幸ポイント事業2021」の紹介も併せて、健康に過ごすための情報をお届けします。

☎ 長寿介護課SWC推進係 ☎ 34-2052



たわらもとヘルスケアプロジェクトについて

新 型コロナウイルス感染症の拡大により外出自粛が続く中、運動不足による体の不調だけではなく、特に高齢の世代では外出が少なくなったことで友人や地域の人のコミュニケーションが減り、認知機能の低下や精神状態への影響も深刻になっていきます。

コロナの感染予防が第1優先ですが、運動不足や外出自粛が長く続くと2次的な健康被害が生じてしまいます。

全 国の6つの自治体と協力し、40歳以上の人を対象に実施したアンケート調査の結果によると、

「コロナ禍がもたらす、心とからだへの悪影響」

自身の「健幸」を大事にしよう

ヘルスケアプロジェクトリーダーで、筑波大学人間総合科学学術院の久野教授にお話を聞きました。

Profile

昭和37年生まれ。筑波大学大学院博士課程医学研究科修了。医学博士。平成23年より現職。平成14年に健康増進分野日本初の大学発ベンチャー株式会社つくばウエルネスリサーチを設立。代表取締役社長を兼任する。平成21年には全国の9市長とSmartWellnessCity 首長研究会を立ち上げ、現在43都道府県111区市町村まで拡大。日本介護福祉・健康づくり学会副会長を務める。



筑波大学
人間総合科学学術院教授
久野 譜也さん



田原本町公式キャラクター
「タワラモン」

健幸ポイント事業を活用して歩いている人に聞いてみたトン！



どんな感じでやってるの？

スーパー、田畑など、ちょっと離れたところへ行くときはなるべく歩いて行く、目標の歩数を決めておいて、活動量計を見ながらペース配分するなど、生活の中で無理なく運動量を増やせるようにしています。



長く続ける秘訣は？

いつもと違う道を歩くなど、たまには違うことをやってみることもや、誰かと一緒にやっていくのが良いです。友人、家族、健幸運動教室の先生など…1人では気づかないことがわかったり、楽しさ、やる気も違ってきます。



健幸ポイント事業の流れはこんな感じ。 楽しく歩いて、ポイントを貯めるトン！

※本紙7ページに「健幸ポイント事業 2021」募集について掲載しています。併せてご覧ください。

健康と健幸ポイントを 獲得！



◀ 地域商品券

健幸ポイントは、年度終了後、町内の登録店舗で使える地域商品券と交換できます。(1ポイント = 1円、最高4,000円相当まで)

測って、体の変化 に気づく

町の公共施設などにある体組成計で、筋肉量やBMI(肥満度)などを測定できます。

健康管理サイト「からだカルテ」も活用すれば、自身の健康状態やポイントの獲得状況などをいつでも確認できます。



▲ 体組成計など(町役場)



▲ からだカルテ

活動量計を持って歩く



◀ 活動量計

健幸ポイントは、活動量計を町役場などの専用カードリーダーまたはローソンの店頭端末にかざすと自動的に貯まります。

田 原本町では、令和2年度からヘルスケアプロジェクトを開始し、歩くことなどでポイントがもらえる「健幸ポイント事業」や個人の体力に合った運動プログラムが提供される「健幸運動教室」を実施しています。中には、ご家族・ご友人を誘って参加いただいたり、参加してから仲良くなり、一緒に健康づくりをするなど、参加者の通いの場となっています。

ぜひこの機会に参加いただき、ご自身の健幸とまちの健幸に取り組んでみてはいかがでしょうか。

こんな時だからこそ、自身の「健幸」を大事にしよう

昨年11月時点で「外出するのが週に1回以下」という人が70代で22%、80代で28%、90代で47%にのぼり、外出の機会が大幅に減っていることが分かりました。

さらに60歳以上の人では「物忘れが気になるようになった」という人が27%、「生きがいや生活意欲がなくなった」という人が50%にのぼっていることも明らかになっています。

コロナ禍の中でも、ルールを守って楽しく運動を！

YouTube 動画「運動でコロナ予防」免疫力アップトレーニングシリーズ(企画制作・筑波大学久野研究室)が公開中です。

コロナ禍での注意点、効果的な運動法、運動不足に効く料理法など、現状を「健幸」に楽しく乗り切るさまざまな知識、方法が紹介されていますので、ぜひ活用してください。



◀ 「運動でコロナ予防」免疫力アップトレーニングシリーズ(ホームページより抜粋)



◀ YouTube 動画「運動でコロナ予防」免疫力アップトレーニングシリーズ

私たち

健康情報を大切な人に伝える口コミ隊「健幸アンバサダー」。健幸ポイント事業の参加者の中から就任いただいています。みんなの「健幸」生活のため、健康情報、発信中です！



だあー！

健幸アンバサダー！

▲たわらもとヘルスケアプロジェクト「健幸運動教室」の参加者。もちろん、4人とも健幸アンバサダーです！



▲令和3年2月3日に、第1回健幸アンバサダー養成講座を開催。健幸ポイント事業参加者200人が参加し、熱心に講義を受けていました

健幸アンバサダーって？

健幸アンバサダーとは、すなわち「健康情報を大切な人に伝える伝道師（インフルエンサー）」。

生涯豊かな生活を送っていくために、最も大事なことは「健幸」であること。しかし、超高齢化社会を迎え、高齢者の割合が大きくなっていくに従って、人間関係の希薄化、体力・活力の低下など、不安要素も大きくなっていきます。

その中で、誰もが「健幸」になっていたきたい…その方法の一つが健幸アンバサダー。自身の健康を維持しつつ、培った知識や得た情報を、周知できる限りの人（近所の人、友人、家族、顧客など…）に広めていただきます。

どういった活動をしているの？

健幸アンバサダーに認定された人には、年4回「健幸アンバサダー通信」が届きます。これを活用して、健康情報を口コミで広めていただきます。もちろん、それ以外の情報を伝えても良いですし、周知方法も決まりはありません。

重要なのは、健幸アンバサダーの活動が少しでも多くの人に「私も健康のため運動しようかな」といった「良い影響」につながっていくことなのです。



▲健幸アンバサダー通信。最新の正確な情報が、分かりやすく心に届く内容で掲載されています

健幸アンバサダーになるには？

「全世代活躍のまちづくり」推進のため、健幸ポイント事業参加者は原則就任いただきます。

◀健幸アンバサダーの証として認定証が授与されます



なお、健幸アンバサダーとして活動していただくにあたり、養成講座（時期未定）にご参加いただくこととなります。

健幸ポイント事業では、利用者の歩数をランキング形式で集計しています。

チームを組んで歩数イベントに参加することも可能です。お互い励まし合って健幸になりましょう！



▲町の公共施設などで、歩数ランキングを確認できます

健幸ポイント事業 2020・歩数ランキング 上位 5 人結果

●集計期間 令和 2 年 10 月～令和 3 年 2 月

1 位 やっさん 4,705,893 歩

2 位 DY2990 4,519,138 歩

3 位 やへー 3,726,340 歩

4 位 ひろちゃん 3,590,682 歩

5 位 8585 3,265,496 歩

※対象者は全てニックネーム表記



田原本町公式キャラクター「タワラモトン」

健幸ポイント事業 2020・歩数ランキング上位 5 人を表彰！



☆☆☆☆ 皆さんおめでとうございます！ ☆☆☆☆



たわらもとヘルスケアプロジェクト

健幸ポイント事業 2021 新規参加者募集中！

☎ 長寿介護課 SWC 推進係 ☎ 34-2052 / ☎ 32-2977

たわらもとヘルスケアプロジェクト応募用紙 〈健幸ポイント事業〉

3人以上応募する場合は応募用紙をコピーして使用ください。

フリガナ			身長
氏名			cm
			性別
			男・女
生年月日	大正・昭和	年 月 日	
住所	〒 636- 田原本町		
電話番号	- -		

フリガナ			身長
氏名			cm
			性別
			男・女
生年月日	大正・昭和	年 月 日	
住所	〒 636- 田原本町		
電話番号	- -		

キリトリ線



『健幸ポイント事業 2021』の新規申し込み受付が始まっています。いまこそ！楽しく、賢く歩いて、健康習慣を身につけてみませんか。



対象 40歳以上の田原本町民

定員 750人

※定員になり次第、申し込みを締め切ります。

費用 2,000円

(参加者に1,000円相当のポイントを還元します)

応募方法

左記のヘルスケアプロジェクト応募用紙に必要事項を記入し、キリトリ線で切り取り下記のどちらかの方法で応募してください。

- 持参** 田原本町役場・長寿介護課 SWC 推進係の窓口へ
※チームで応募する場合は、チーム全員が個別に応募用紙を記入し、代表者が全員の応募用紙を持って窓口へ提出してください。
 - 郵送** 「ハガキの裏面に貼付」または「封筒に入れる」
いずれかの方法で、下記の送り先を記入して郵便ポストに投函。※郵送料は参加希望者の負担です。
- 郵送先 〒 636-0392 田原本町 890-1
田原本町長寿介護課 SWC 推進係



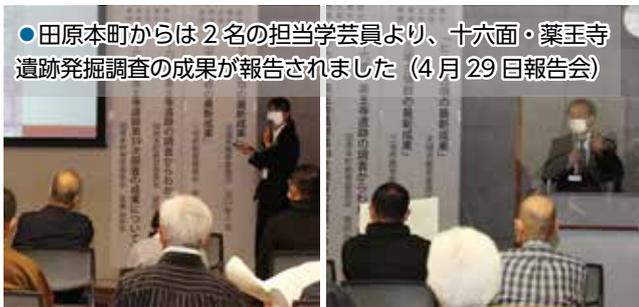
4/
24~

いにしえ 古の石を扱う技術に感嘆

令和3年度春季企画展
古のアクセサリー工房
— 十六面・薬王寺遺跡の古墳時代 —



●勾玉や白玉、祭祀で使われた白玉を紐でつなげたものなど多数展示。特に白玉は一つ一つが非常に小さく、高い製作技術を持っていたとわかります



●田原本町からは2名の担当学芸員より、十六面・薬王寺遺跡発掘調査の成果が報告されました(4月29日報告会)

発掘調査により「玉」を生産する集落であることが明らかになってきた十六面・薬王寺遺跡はまさに古のアクセサリー工房。無骨な石から削られ、美しく整えられた勾玉、小さく精巧な白玉など多数展示され、来場者は古墳時代の石を扱う高い技術を目にしていました。

4月29日に田原本町・天理市・三宅町による報告会が行われ、田原本町の報告では、十六面・薬王寺遺跡の玉作り体制の変遷から当時の様子を推察する、といった興味深い内容に来場者は熱心に耳を傾けていました。

●5月9日「滑石勾玉を作ろう!」ワークショップの様子



5月9日には滑石・琥珀を用いた勾玉づくりのワークショップが開催されました。石を削っていくうちに少しずつ形作られ、美しい勾玉が出来あがっていく過程を、子どもも大人も夢中になって楽しんでいました。

4/
26

国を守りたい思いを応援
田原本町自衛官募集相談員委嘱式



田原本町自衛官募集相談員委嘱式が町役場で行われ、1名が委嘱されました。任期は令和3年4月1日から令和5年3月31日までの2年間。地域の事情に精通する募集相談員として、志願者への情報提供、募集に関する広報活動の援助など、安定した入隊者確保と募集基盤の育成に尽力いただきます。

4/
27

議会の仕組みを学ぶ
町議会議場見学



田原本小学校6年生の児童たちが、議会の仕組みを学ぶため町議会を訪れました。

これは同議会として初の試みで、児童たちは議長、議会事務局から説明を受けた後、議会に関することや新型コロナ対策などについて質問し、地方自治への関心を高めていました。

5/
10

長年の消防活動に貢献
澤井美さんが藍綬褒章を受章



澤井美さん(町消防団副団長)が藍綬褒章を受章され、町長を表敬訪問されました。

これは、国や地方公共団体から依頼されて行われる公共の事務に尽力した人などに授与されるもので、町の安心・安全のために消防活動に尽力された業績をたたえられたものです。

認知症のことなどお気軽にご相談ください

ここだけカフェ

町地域包括支援センター ☎ 34-2104

認知症についての心配や関心がある人ならどなたでも参加いただけるカフェを開いています。

身近な人には話しにくいようなことも「ここだけ」の居心地いい空間で、気軽にお話しできるカフェを目指しています。

日時 6月16日(水)
午後2時～4時

場所 道の駅レスティ唐古・鍵
多目的室1・2

対象 認知症について話したいこと、聞いてみたいことがある人ならどなたでも

参加費 無料

申込 不要



タワラモトンが質問に答えます

AIチャットボットのご活用を

総務課 ICT 推進室 ICT 推進係 ☎ 34-2073

町では、LINE アプリ上で皆さんからのお問い合わせにAIが自動回答する「AIチャットボット」を運用しています。ごみの分別など、さまざまな質問に対応しています。皆さんの質問によりAIが学習し、回答精度が上がりますので、ぜひお気軽にご活用ください。

※当事業は、奈良県の協力を得て田原本町・大和郡山市・宇陀市・王寺町・広陵町が連携し、協働による「奈良モデル」を活用して推進・実施しています。



▲画面イメージ

▼QRコードをスマートフォンのLINEアプリで読み取り、お友達に追加することで利用できます。



区域指定・都市計画道路の変更

まちづくり建設課からののお知らせ

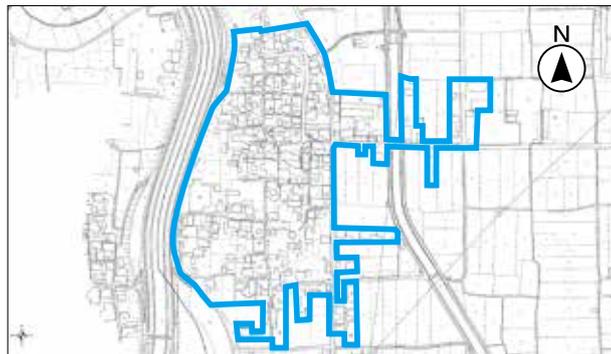
●佐味地区の区域指定について

佐味地区において「都市計画法に基づく開発許可の基準に関する条例」に規定する区域指定が、4月23日に行われました。指定に伴い、市街化調整区域における建ぺい率・容積率などが変更になります。また、どなたでも一戸建て住宅を建てるのが可能になります。

☎ まちづくり建設課都市計画係 ☎ 34-2085

場所 佐味の一部

指定区域

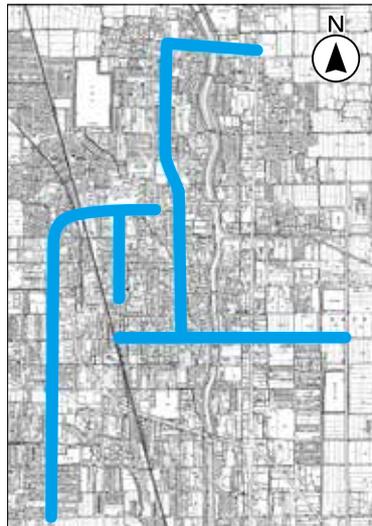


●都市計画道路の変更について

都市計画道路の見直しを行い、令和3年3月17日付告示にて都市計画道路の一部が廃止及び変更されました。

☎ まちづくり建設課建設係 ☎ 34-2077

都市計画道路廃止位置  **場所** 阪手他 地内



特定健康診査の概要

詳しくは、5月下旬に送付した案内（青色封筒）をご覧ください。

※令和3年4月～11月に国民健康保険に加入される人は、加入の翌月末ごろに受診券を送付します。



対象	40～74歳の町国民健康保険に加入している人 (75歳になる人は誕生日の前日までしか受けられません) ※現在定期的に医療機関を受診している人も対象となります。 ※町国民健康保険以外の特定健康診査は、加入している保険者へお問い合わせください。
費用	無料 ※眼底検査を別の医療機関で受けた場合、別途費用が必要になることがあります。
実施日程	6月1日(火)～令和4年1月31日(月)
場所	県内の実施医療機関

※特定健診を受診すると、人間ドックの助成は受けられません。

■ 健診の流れ

- ①受診券が自宅に届きます。
- ②受診する医療機関（県内）を決めます。
※事前に予約が必要な医療機関があります。
- ③自宅で質問票を記入した後、医療機関で受診します。
▶持ち物 受診券、被保険者証、質問票
- ④町から受診結果を約2ヵ月後に送付します（医療機関からの報告の関係で、2ヵ月以上かかる場合があります）。また、早く結果を知りたいときは、受診した医療機関で結果の説明を受けることができます。受診時に申し出てください。



生活習慣病の予防と早期発見のために毎年受診しましょう
 高血圧・脂質異常・高血糖といった生活習慣病は、動脈硬化（血管の老化）を加速させ自覚症状がほとんどありません。また、この状態を放っておくと動脈硬化が進み、糖尿病の合併症・脳卒中・心筋梗塞などの重大な疾患につながります。
 年に一度の特定健診で自分の健康を守りましょう。

住民保険課 国保医療・年金係 ☎ 34・2097

40～74歳の国民健康保険加入者の皆さんへ
**令和3年度特定健診・特定保健指導が
 始まります**



特定健診受診者全員に
歯ブラシセットを
プレゼントするトン!

◀田原本町公式キャラクター
「タワラモン」

※結果とともに送付します。

スマホをお持ちでない人も参加できます

スマートフォン教室

生涯教育課 ☎ 32-6191

日時 **7月16日(金)**

- ①午後1時30分～2時30分
- ②午後3時～4時
(それぞれ内容が違います)

場所 青垣生涯学習センター 研修室

内容

- ①カメラの使い方
 - ②グーグルマップ講座
- ※携帯電話会社社員による出張講座です。

定員 各回20人

受講料 無料

申込方法 6月11日(金)午前10時から電話で生涯教育課 (☎ 32-6191) へ (先着順/定員になり次第締切)



子育て・教育



低所得の子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分）

新型コロナウイルス感染症の影響で困窮する人への緊急支援策として、一定の条件に該当するひとり親世帯に対し、子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分）の申請を受け付けています。

※令和3年4月分の児童扶養手当受給者は申請不要です。

対象児童 18歳に達する日以後の最初の3月31日までの間にある児童（障がいのある児童は20歳未満）

支給額 児童1人当たり5万円

申請期限 令和4年2月28日(月)

問・申請方法 支給対象条件など、詳しくは町ホームページをご覧ください。子ども支援係（☎33・9036）へお問い合わせください。



児童手当の現況届の提出を

児童手当を受給している人は6月中旬に「現況届」を子ども未来課子ども支援係へ提出してください。この届けは、

児童手当を引き続き受ける要件があるかどうかの確認をするためのものです。対象者に案内書などを郵送します。6月以降も続けて児童手当を受け取るためにも、必ず6月30日(水)までに現況届を提出してください。※なるべく、郵送かオンラインでの申請をお願いします。

提出方法

① 郵送：同封の返信用封筒にて返送

② 持参：子ども未来課で受付（平日午前8時30分～午後5時15分）

③ オンライン申請：マイナンバーカードを使用したオンライン申請（びつたりサービス/下のQRコード参照）

問 子ども未来課子ども支援係

☎33・9036



催し・講座



中途失明者等生活訓練事業

県では、視覚障がい者の自立と社会参加の促進を図るために、中途失明者等生活訓練事業を実施します。

内容 ●歩行訓練 ●コミュニケーション訓練 ●日常生活動作訓練 ●パソコンなど情報支援機器の操作に関する訓練

る訓練 ●その他生活に必要な助言、指導

申込 6月25日(金)までに、身体障害者手帳を持参のうえ、健康福祉課にある申込書に必要事項を記入してください。
問 健康福祉課障害福祉係

☎34・2090

あがきガーデンコンサート

たわらもと吹奏楽団によるコンサートを行います。

日時 7月11日(日)午後1時30分～2時
場所 青垣生涯学習センター正面玄関
申込 不要

問 生涯教育課 ☎32・6191

いごも食堂たわらもと

町内の小学生の居場所づくりを目的に「いごも食堂たわらもと」を開催しています。食事の提供は月1回を予定しています。（参加無料）

日時 7月17日(土)正午～午後1時30分
場所 青垣生涯学習センター2階調理室

対象 幼稚園児と小学生（幼稚園児と田原本小学校区以外の児童は保護者の送迎が必要）

定員 約30人

問・申込 7月5日(月)までにNPO法人子育てすこやかサークル（☎35・

税務課からのお知らせ

税務課徴収係 ☎ 34-2111

6月の納付（普通徴収分）

納期限 **6月30日**（水）

種類 ● 町県民税（第1期分、全期前納分）

自宅で納税しませんか

アプリを使って自宅で町税の納付ができます

町では、納税者の利便性を向上させるとともに、新型コロナウイルス感染拡大防止を目的として、スマートフォン決済アプリで町税を納付できるサービスを開始しています。納付書に印刷されているバーコードをアプリで読み取ることで、24時間365日いつでもどこでも手軽に納税できます。数秒で納税が完了し、時間の短縮にもつながります。ぜひともご利用ください。

※利用の際は、町ホームページや広報たわらもと4月号折込チラシの注意事項をよくお読みください。



対応している決済アプリ

PayPay、LINEPay、PayB

アプリの利用が心配な人は口座振替を

モバイル決済サービスの利用に不安がある人は、従来通り口座振替や、金融機関・コンビニなどの窓口での納付をご利用ください。

口座振替は指定の口座から自動的に振替しますので、納期のたびに金融機関へ行く必要がなくなります。申し込み手続きは簡単で、一度申し込みと毎年継続して口座振替ができます。手数料は無料です。ぜひ申し込みください。

※申し込みは金融機関で納期限の1ヵ月前までお願いいたします。

日時 6月19日(土)午前9時～11時
場所 磯城消防署
内容 「心肺蘇生法」や「AED」を用いた実技を主体とした講習です。
対象 救命入門コースを12ヵ月以内に受講された人。または応急手当web

応急手当講習会（実技救命講習）

3835)へ。詳細はQRコードを読み取ってください。
※メニューは未定です。
(アレルギーの対応はしません)



福祉作業所のガレッジセール

なら桜桃会では地域との交流を図るため、利用者が手作りこんにゃくや大和茶・リサイクル品などを販売します。
日時 6月30日(水)午前10時～午後1時

受講料 無料
定員 10人
閏・申込 6月14日(月)までに磯城消防署救急課(☎33・2461)へ。

講習を講習会当日までに受講可能な人。
※県広域消防組合管内の居住者、勤務者、在学者を優先します。

イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染予防のため、次のイベントを中止します。
ご理解、ご協力をお願いします。
● 祇園まつり
閏（一社） 田原本まちづくり観光振興機構 ☎33・4560

※雨天中止
閏・場所 田原本町福祉作業所 ☎33・5824（千代1221の1）

就職・募集



定住自立圏共生ビジョン懇談会委員の募集

「大和まほろば広域定住自立圏共生ビジョン懇談会」の委員の任期の満了に伴い、懇談会委員を募集します。詳細は各市町村ホームページをご確認ください。

応募資格 まちづくりに関心があり、天理市、山添村、川西町、三宅町、田原本町に居住、もしくは通学・通勤している人

募集人数 5人(各市町村から1人ずつ(選考))

任期など 任期2年(年間1〜3回/平日日中)、委員謝金あり

応募方法 6月7日(月)〜25日(金)午後5時15分(必着)までに、申込書に必要事項を記入のうえ、応募先に直接持参、郵送、FAXかメールで応募ください。

募集要項及び申込書は、田原本町役場企画財政課に設置しています。また、各市町村ホームページにも掲載しています。郵送での募集要項・申込書の請求も可能ですので問い合わせください。

選考方法及び結果の通知 応募用紙の内容をもとに選考し、結果は応募者全員に書面にて通知します。

※作品の提出については、8月23日(月)〜25日(水)に長寿介護課へ持参。

☎ 応募先 天理市総合政策課 (☎0743・63・1001 内線465・466 / FAX 0743・62・5016 / kikaku@city.tenri.nara.jp)

県高齢者美術展の作品募集

奈良県文化会館で開催される県高齢者美術展へ展示する作品を募集します。

募集作品 日本画、洋画、書、工芸、手芸、写真(6部門)

※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、未発表のものに限ります。(複数部門出品可能)

対象 県内在住で昭和38年4月1日以前に生まれたアマチュア

出品手数料 1点につき1000円

※「奈良県高齢者美術展出品規定」の出品規格に合わない作品は受け付けできません。

展示期間 9月3日(金)〜8日(水)(5日間) 午前9時〜午後4時

※9月6日(月)は休館日

届・申込 6月15日(火)〜29日(火)までに、出品手数料を添えて、長寿介護課介護認定・高齢者支援係(☎34・2103)へ。

※作品の提出については、8月23日(月)〜25日(水)に長寿介護課へ持参。

お知らせ



青少年健全育成推進地区の指定について

新型コロナウイルス感染予防のため、令和3年度は推進地区の指定を行いません。

本年度指定を予定していました次の地区については、令和4年度での活動をお願いしています。

推進地区

南校区：秦楽寺 平野校区：南葉王寺
北校区：法貴寺 田原本校区：西八尾
※北校区と東校区は隔年で指定をさせていただきます。

☎ 生涯教育課(青垣生涯学習センター内) ☎32・6193

善意銀行(4月分)

皆さんからの善意は福祉の増進のために使われます。

◇匿名：2000円

☎ 田原本町善意銀行(町社会福祉協議会内) ☎34・2118

生活安全ニュース

☎ 天理警察署 ☎ 0743-62-0110

令和2年度法令遵守推進条例の運用状況を公表します

人事課人材育成係 ☎ 34-2056

薬物乱用防止 !!

～薬物乱用のない世界を～

大麻事犯検挙人員が増加傾向にあり、特に若年層を中心とした大麻の乱用が拡大、著名人も大麻で逮捕されるなど、社会問題となっています。



大麻は、国際条約に基づいて日本の法律で規制されています。

人体へ悪影響を及ぼすほか、組織的な大麻栽培が暴力団組織の資金源となっていることがうかがわれます。そのため、大麻の乱用による社会や人体への悪影響と危険性も正しく認識する必要があります。

大麻の違法栽培によくみられる不審点

警察では、次のような不審点がある家屋などの情報提供を呼び掛けています。

※大麻の違法栽培では、空き家や工場を利用するケースもあります。

- 一日中雨戸や遮光カーテンで窓がふさがれているが、照明がついている。
- エアコン室外機や換気扇が常に動いている。
- 土や肥料を運び入れたり、茎や根などをゴミに出しているが、外で植物を育てている様子がない。
- 近くを通ると青臭いにおいがする。

規制されている主な薬物

覚せい剤、大麻、コカイン、MDMA（合成麻薬）、向精神薬、指定薬物

不法滞在・不法就労防止にご協力ください

観光目的で来日し、帰国せずそのまま不法滞在する人や、就労目的などで日本に不法入国する人が全国的に散見されます。

こうした不法滞在者はもちろん、不法滞在者を雇った人も不法就労を助長しているとして取り締まりを強化しています。

不審な点があれば警察へ連絡を

偽造在留カードを使用して、就労が可能であるように装う事案が増えています。外国人のビザや在留カードの真偽を判断するのは大変困難です。少しでも不審点が見受けられた場合には、警察署または最寄りの交番・駐在所までご連絡ください。

町では、法令遵守推進条例で「内部公益通報制度」と「不当要求行為への対応」の2つの制度を設けています。これらの制度の運用状況を条例の規定に基づき公表します。

内部公益通報制度

町内部に不正行為があった場合、不正の事実を知った職員などからの内部公益通報により、不正行為の防止や、早期の是正を図る制度です。

不当要求行為への対応

不当要求行為とは、口利きや働きかけなど、職員に対して、特定の者へ有利・不利な取り扱いを求める特定要求行為のうち、暴力的行為、威圧的言動、脅迫などの行為を伴うもので、職員の公正な職務の執行を妨げる悪質な行為です。

法令遵守推進条例の運用状況 (件)

内部公益通報	不当要求行為
1	0

※通報事実があった場合における概要などの公表については、町ホームページで行います。

トイレの光触媒コーティングをさせていただきました

まちづくり建設課調査管理係 ☎ 34-2115



(株)ホープハウスシステムの社会貢献の一環として、田原本駅前広場内トイレとイベント広場内トイレを対象に、光触媒コーティング施工を無償で実施させていただきました。

光触媒コーティングには消臭及び菌・ウイルスの活動抑制効果があるとされています。

※新型コロナウイルス感染症による影響により、本紙に掲載されている情報が変更になる可能性があります。

最新の情報については、担当課へ問い合わせいただくか、町ホームページをご確認ください。



国保中央病院だより 123

国保中央病院 ☎ 32-8800

新型コロナウイルス感染症のお話

感染制御実践看護師
関山まゆみ

感染させる時期は？

発症の2日前から発症後7〜10日間程度他の人に感染させる可能性がある」とされています。特に、発症の直前・直後でウイルス排出量が高くなるため、無症状病原体保有者（症状はないが検査が陽性だった人）からも、感染する可能性があります。

感染予防

一般的には飛沫感染、接触感染で感染します。WHOは、一般に5分間の会話で1回の咳と同じくらいの飛沫が飛ぶと報告しています。

3密（密閉・密集・密接）を避けるために

- こまめに換気をしましょう
- 対面は避けましょう
- 飛沫感染を防ぐために
- 風邪症状があれば外出を控え、やむを得ず外出する場合には必ずマ

マスクを着用しましょう

● マスク無しの会話や会食は避けましょう

● 互いに距離2メートル（最低1メートル）をとりましょう

● 無症状者も含めて全員がマスクを着用しましょう

接触感染を防ぐために

① 手指衛生が重要

石けんを使った手洗いは特に有効です。指先、指の間、手首、手のしわを念入りに洗いましょう。流水と石けんでの手洗いができない時は、手指消毒用アルコールをしっかり擦りこみましょう。

② 環境の整備

環境消毒には次亜塩素酸ナトリウムやアルコールによる消毒はもちろん、界面活性剤を用いた環境清掃も効果があります。共有部分は特にまめに清掃しましょう。

国保中央病院の取り組み

次のことを実施し、院内感染防止を徹底しています。

- 来院者すべてに手指消毒の励行
- 顔認証温度検知装置にて有熱者の確認
- マスク着用の声掛け
- 発熱者は、聞き取りを行い受診方法を調整
- 面会禁止
- 職員のマスク着用および健康観察の徹底

Cooking



第2次健康たわらもと21
第2次田原本町食育推進計画〔後期計画〕
おうちごはんて 野菜プラス

作り方

- 1 レタスは食べやすい大きさにちぎって水にさらし、ザルにあげてしっかり水気をきる。
- 2 ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。
- 3 2に1を入れ、よく混ぜ合わせる。レタスがしんなりしてきたら、焼きのりを手でちぎって加え、さっくりと混ぜ、器に盛り付ける。

野菜には、大きく分けて緑黄色野菜と淡色野菜の2種類があります。淡色野菜は、レタスやキャベツなどの色の薄い野菜で、食物繊維やビタミンCを多く含んでいます。食物繊維には、糖の吸収をゆるやかにして、食後の血糖値の上昇を抑える効果や体内でのコレステロールの吸収を妨げる働きがあるので、動脈硬化を予防する効果があるといわれています。

また、大腸の働きを活発にし、便通をよくすることで大腸がん予防の効果もあるといわれています。



レタスの中華和え

1人分エネルギー：134kcal

材料（2人分）

- ▶ レタス…1 / 2個
- ▶ A（ごま油…大さじ1、しょうゆ…大さじ1 / 2、砂糖…大さじ1 / 2、酢…大さじ1 / 2、鶏ガラスープの素…少々、白ごま…大さじ1）
- ▶ 焼きのり…1 / 2枚

無料相談窓口

相談名	日時	場所	内容	その他
無料税務相談 (予約制)	6月16日(水) 午後1時～4時(1 人30分以内)	町役場2階 201会議室	国税に関する一般的な税 務相談	対象=税理士に依頼していない人 担当=近畿税理士会桜井支部所属の税理士 申込 税務課課税第一係 ☎ 34-2112 ☎ 近畿税理士会桜井支部事務局 ☎ 41-6477
消費生活相談	毎週火・金曜日 午前10時～午後3時 ※電話での相談になります。 ☎ 32-2901 (内線174)		商品やサービスに関する 相談	担当=消費生活相談員 相談方法=電話 ☎ 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 32-2901 (内線174)
人権相談	6月17日(水) 午後1時～4時	町役場2階 201会議室	人権問題にかかわる困り ごと相談	☎ 住民保険課戸籍住民相談係 ☎ 34-2087
みんなの人権 110番	電話での相談になります。 ☎ 0570-003-110			☎ 奈良地方法務局葛城支局 ☎ 0745-52-4941
行政苦情110番	電話での相談になります。 ☎ 0742-24-1100		国の行政全般についての 不満、要望などの相談	☎ 奈良行政監視行政相談センター ☎ 0742-24-0300
中南和法律相談 センター (予約制)	7月7日(水) 午後1時～4時 (1人30分程度)	町役場2階 201会議室	弁護士による法律相談	申込開始日時=6月23日(水)午前9時30分～ ☎・予約 奈良弁護士会 (☎ 0742-22-2035 / 午前9時30分～午後5時 / 土・日曜日、祝日を 除く) ※中南和各地でも相談を実施しています。
青少年悩みごと 相談 (予約制)	毎週水・金曜日 午前10時～午後 4時	青垣生涯学 習センター	自分の子どもや地域の青 少年にかかわる相談	担当=社会教育指導員 ☎・予約 青垣生涯学習センター (生涯教育課) ☎ 32-6193
やすらぎ相談室 通常相談 (予約制)	毎週水・金曜日 午前10時～午後 4時	青垣生涯学 習センター	集団生活に適応が困難な 幼児、小・中学生と保護 者のための相談	担当=社会教育指導員 ☎・予約 青垣生涯学習センター (生涯教育課) ☎ 32-6193
やすらぎ相談室 特別相談 (予約制)	6月23日(水) 午前10時～午後 3時30分	青垣生涯学 習センター	集団生活に適応が困難な 幼児、小・中学生と保護 者のための専門的な相談	担当=臨床心理士 ☎・予約 6月16日(水)までに、青垣生涯学習セ ンター (生涯教育課 / ☎ 32-6193) へ。
若者自立のため の無料相談 (予約制)	6月24日(木) 午前10時～正午	町役場1階 1C相談室	さまざまな理由で働くこ とが困難な若者や、その 家族のための相談 (厚生 労働省委託事業)	☎・予約 若者サポートステーションやまと ☎ 44-2055
生活自立相談 (予約制)	要予約	都度ご案内 します	失業などで生活や経済的 にお困りの人への相談・ 支援	☎・予約 県中和・吉野生活自立サポートセン ター (☎ 0120-85-1225 / 午前9時～午後5 時 / 土・日曜日、祝日を除く) ☑ cysupportc@nara-shakyo.jp
心配ごと相談 (予約制、空きが あれば当日可)	6月24日(木) 午後1時～4時	町社会福祉 協議会2階 相談室	家庭問題、財産など生活 上の悩みの相談	担当=民生児童委員ほか ☎ 町社会福祉協議会 ☎ 34-2118

てんいち先生

※「てんいち」とは、てん (英語の10) と、いち (1) を合
せて11 (毎月11日は人権を確かめあう日) という意味です。



※新型コロナウイルス感染症による影響により、本紙に掲載されている情報が変更になる可能性があります。

これからも、楽しく暮らせるまちへ

—地域で助け合い、支え合っていく—

超高齢社会への不安… その一つとして、筋力・体力・気力の低下、孤立化など、高齢になるにつれて起きる問題点があります。それを払拭するには、やはり人と人とのつながり。誰かと出会い、楽しくお話を…それが元気、活力を生み出す源。

これからも楽しく暮らしていく、その手助けをするために、地域で行われているさまざまな活動…今回、その一部をご紹介します。



輝く まち・ひと

Vol. 30

たわらもと傾聴

皆さんのお話を無償でお聴きする「傾聴ボランティア」を行っている団体です。

地域で求められる活動を通して、会員一人ひとりが人に優しく耳を傾け、良い信頼関係を築いていきます。



傾聴とは？

相手の話したいことに丁寧に耳を傾け、深い思いやりと温かい心でお聴きします。

「笑顔」「アイコンタクト」「頷き」…傾聴に必要な3つの大事な要素を心がけ、お互いに良い信頼関係を築いていきます。

それが、その人にとって「1人じゃない」安堵感、安心感につながり、ストレスを和らげ、笑顔につながるのです。



▲寂しい思いをされている人、外に出ることが少なくなっている人…
そういった人たちに、笑顔になっていただきたい！

私たちにあなたのお話、お聞かせください

自宅や、それ以外の場所でお話を聞かせていただいています。まずは、下記の連絡先にご相談ください。

傾聴ボランティアスタッフを募集しています。

人間関係が広がり、自己研鑽、社会貢献にもつながる傾聴ボランティア。講習会を受講すれば誰でもなることができます。詳しくは下記の連絡先にご連絡ください。

〒たわらもと傾聴 (代表：森村)

☎ 32-8348 / ☎ 090-3355-2524

阪手わいわいクラブ

地域づくり町民フォーラム（平成30年7月開催）に参加された6人が「年齢を重ねても、話し相手がいる、買い物を楽しめる地元になりたい」思いを持って、無理のない見守り活動をできるところから始めています。

阪手北「ワイワイかまい隊」活動がスタート！

「住み慣れた阪手北で安心して暮らしていくために」を合言葉に、助け合い・支え合い活動を広げていきます。

●対象者

阪手北自治会にお住まいの、1人暮らし高齢者、または高齢者世帯でお困りの人

●活動内容

ごみ出し、ついでの買い物、お話相手など…。ささいなご用でも一度お声をかけてください。



1 2 ワイワイかまい隊・活動の様子。頼まれたお買い物を済ませ、楽しく談笑。利用者は「おしゃべりして、楽しい気持ちになります」と話しました 3 定期的に会議を行い、課題を共有しながら今後の活動を考えていきます

ワイワイかまい隊について…

- 阪手北自治会にお住まいで、ワイワイかまい隊による手伝いを希望する人
 - 阪手北自治会にお住まいで、この活動に関心がある、手伝ってみたい人
- まずは下記の連絡先にご相談ください。

〒阪手北ワイワイかまい隊 (担当：小笠原) ☎ 33-6043



日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

開館時間

午前9時30分～午後5時（土曜日のみ午後6時30分まで）

わいわいタイム

毎週水曜日：午前9時30分～午後5時

毎週日曜日：午後1時～午後5時

問い合わせ ☎ 32-0262

イベント情報

子どもおはなし会

図書館の職員とボランティアによる楽しいお話がいっぱいです。

日時	対象
6月5日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上
6月12日(土) 午後2時～2時20分	3～4歳
6月19日(土) 午後2時～2時30分	5歳以上
7月3日(土) 午後2時～2時30分	4歳以上

場所 おはなしのへや(申込不要)

図書館からお願い

返却期限を守りましょう

●ブックポストのご利用を

図書館が閉まっているときは、ブックポストに本を返却することができます。

ブックポストは図書館南側、観光ステーション「磯城の里」、田原本駅前広場、笠縫駅前、道の駅レスティ唐古・鍵にあります。

●貸出期間を延長できます

「もう少し読みたいな」と思ったときは、返却期限内に電話か図書館ホームページで延長の手続きをしてください。期限を2週間延長することができます。

ただし、期限切れの本や予約のある本、CD・DVDなどは延長できません。



今月の新刊

息子のボーイフレンド

秋吉理香子著／U-NEXT

高校2年生の息子・聖将がまさかのカミングアウト。交際相手の雄哉は一流大学2年生でイケメンと、非の打ち所がない好青年。母・莉緒は2人の交際を認めるが、夫にはなかなか切り出せなくて…。



天外者（てんがらもん）

大谷道子ノベライズ／講談社

時は幕末から明治初期。人並外れた賢さと、未来を見据えた大胆な行動力で時代を切り拓いた、五代友厚という男がいた。2020年12月に公開された映画の世界を本でもう一度楽しみましょう！



これでおしまい

篠田桃紅著／講談社

人間は死ぬまで一生迷路に入っているんです。迷いと、自ずから何とかなるだろうという楽観的な考え方がいつもやり合っている…。107歳、世界的美術家が遺した「人生のことば」。



bonponさんの何歳でもおしゃれを楽しめる手作り服

bonpon 著／ブティック社

インスタグラムにリンクコードを投稿する仙台在住の60代夫婦・bonとponがデザインした手作り服の作り方。ふたりのコーディネートも紹介されています。

きみにもできる！
よりよい世界のつくりかた
ケイリー・スウィフト文
／廣済堂あかつき

だれもが、どこにいても、自分に合ったやりかたでよりよい世界をつくる活動ができるんだ。SDGs(持続可能な開発目標)につながる活動を、子どもたちの目線でイラストとともに紹介します。

そもそも血糖値って
なんですか？

福田千晶著／主婦の友社

健康診断で「血糖値が高い」「糖尿病予備軍」と言われた人が、高血糖改善のためにできる生活習慣の見直しについて提案します。

はやくちレストラン
もぎあきこ作／金の星社

いらっしゃいませ。ここは早口レストラン。「おまたせいたしました。ピリピリピーマンピリからピツァにハラペコペーコンペコペコペンネです。」みんなも早口言葉にチャレンジしてみてね。



成人のための集団検診 (問・申込：保健センター ☎ 33-8000 / 検診対象年齢は令和4年3月31日時点の年齢。70歳以上の人は無料)

各検診日の10日前までに事前予約が必要です。定員になり次第締め切りますので、次回の日程についてご相談ください。

検診名	実施日程・場所	受付時間	対象	内容など
胃がん検診	町民ホール 6 / 19(土) 7 / 3(日)	8:30 ~ 11:10	40歳以上 ① 昨年度、胃内視鏡検診を受診していない人	① 内問診、バリウムを飲んでのレントゲン撮影 ② 定あり ③ 費900円 ④ 過去にバリウムを飲んで誤嚥した人は受けられません
大腸がん検診			40歳以上	① 内問診、検便による潜血反応検査 ② 定なし ③ 費500円
肺がん・結核検診	保健センター 7 / 1(木)・8(木)		40歳以上 ① 65歳以上の人は年1回の結核検診受診が義務づけられています。	① 内問診、胸部レントゲン撮影(喀痰検査は必要な場合のみ実施) ② 定あり ③ 費200円 / 喀痰検査(容器代) …450円

① 石綿読影の精度に係る調査：肺がん検診で撮影した胸部レントゲン画像から、石綿関連疾患の有無に着目して再度読影し、読影の正確さを検証する検査。

※6～10月の肺がん検診を受診した人が参加できます。希望者は、肺がん検診申込時に「石綿読影を希望」と伝えてください。

※石綿に関する健康影響に不安のある人で本調査の内容を理解し、調査の協力に同意できる人が対象です。

※すでに呼吸器疾患で医療機関を受診している場合や石綿の健康被害の救済制度を受けている人は対象外です。

B・C型肝炎ウイルス検診	保健センター 7 / 1(木)・8(木)	9:30 ~ 10:30	対象…① 40歳以上で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことのない人 ② 40歳以上で過去の検診などで肝機能に異常があった人(肝炎で治療中・経過観察中の人は除く) ③ 内問診、血液検査によるB型(HBs抗原)・C型(HCV抗体)肝炎ウイルス検査 ④ 定30人 ⑤ 費600円 ⑥ 場保健センター	
歯周病検診			30歳以上 ① 治療中の人は除く	① むし歯、歯周病などの検査、歯科指導 ② 定30人 ③ 費無料
子宮がん検診	町民ホール 7 / 3(日)	8:30 ~ 11:10	20歳以上の女性(2年に1回の受診)	① 内問診、子宮頸部の細胞診、内診(体部検診はありません) ② 定あり ③ 費800円
乳がん検診			40歳以上の女性(2年に1回の受診)	① 内問診、マンモグラフィ検査 ② 定あり ③ 費40～49歳(1,400円)、50～69歳(1,000円)

成人のための個別検診 (問保健センター ☎ 33-8000 / 検診対象年齢は令和4年3月31日時点の年齢。70歳以上の人は無料、申込制)

検診名	実施期間	対象	内容
子宮がん検診 個別検診		20歳以上の女性(2年に1回の受診)	① 内問診、子宮頸部(費2,000円) ② ③ 医師が必要と認めた場合、子宮頸部と体部がん検診(費3,500円) ④ ⑤ 場県内実施医療機関
乳がん検診 個別検診	令和4年2月末日まで ① 受診票は保健センターで発行しています。	40歳以上の女性(2年に1回の受診)	① 内問診、マンモグラフィ検査 ② 費2,800円 ③ ④ 場県内実施医療機関 ⑤ 受診できない人…乳房疾患、胸部外傷で治療中、心臓ペースメーカー装着者、妊娠中・授乳中または断乳直後の人、乳房内に人工物が入っている人など
胃がん検診 個別検診 (胃内視鏡検診)		50歳以上(2年に1回の受診)	① 内問診、胃内視鏡(胃カメラ)による検査 ② 費3,000円 ③ ④ 場国保中央病院・健康づくりセンター ⑤ 受診できない人…胃の治療中や胃全摘出手術をした人、抗血栓薬を飲んでいる人など(詳細については、保健センターまで問い合わせください)
大腸がん検診 個別検診	10月末日まで (検便の提出期限)	40歳以上で今年度集団検診を受けていない人(1年に1回の受診)	① 内問診、検便による潜血反応検査 ② 費500円 ③ ④ 場町内委託医療機関 ⑤ ⑥ 問診票、検便容器は町内委託医療機関でお受け取りください。町内委託医療機関は、令和3年度健康づくりカレンダー(4月号広報折込)「大腸がん検診町内委託医療機関」一覧をご覧ください。
歯周病検診	10月末日まで ① 対象者には受診券(ハガキ)を送付しました。	昭和46年4月1日～昭和47年3月31日生まれ 昭和56年4月1日～昭和57年3月31日生まれ	① 内歯周病・むし歯などの検査、歯科指導 ② 費無料 ③ ④ 場町内委託歯科医療機関 ⑤ ⑥ 町内委託歯科医療機関へ直接予約し、受診券(ハガキ)を持参し受診してください。

新型コロナウイルス感染症拡大防止にかかる 磯城休日応急診療所の診療体制について

現在、下記のとおり診療を行っています。

- ① 発熱などの症状がある人は、受診前に磯城休日応急診療所(☎ 33-8000)までお電話ください。
- ② 症状の有無にかかわらず感染の不安のある人は、受診前にまず新型コロナ・発熱患者受診相談窓口(☎ 0742-27-1132 / ☎ 0742-27-8565 : 24時間対応)に電話相談してください。

※磯城休日応急診療所(日曜日、祝日、年末年始/午前10時～正午、午後0時40分～4時)を受診の際、乳児などの受診に関しては、専門医の診療が必要な場合がありますので、事前に電話でお問い合わせください。

問 保健センター ☎ 33-8010 / 宮古404の7 / 8:30～17:15 (土・日曜日、祝日を除く)

※自動車でお越しの際は、保健センター専用駐車場をご利用ください。

健康カレンダー 6月

受 = 受付 内 = 内容 定 = 定員 費 = 費用 申 = 申込 場 = 場所 注 = 注意

各相談・検診などの詳細については、右のQRコードを読み取ってください。



注 新型コロナウイルスワクチン
関連情報については「ワクチン接種班だより（本紙3ページ）」をご覧ください

令和3年度健康づくりカレンダー

定期予防接種 (国保健センター ☎ 33-8000)

定期予防接種はすべて医療機関での個別接種です。町内委託医療機関や予診票の送付時期については、令和3年度健康づくりカレンダーをご参照ください。

※町外医療機関で接種を希望する人は、事前に保健センターで手続きが必要です。

持ち物：母子健康手帳、予診票（お手元に届いている人のみ）、認印

※各種予防接種の内容に関する相談や転入などで予診票を持っていない人は、保健センターへお問い合わせください。

※新型コロナウイルス感染拡大の影響で、定期予防接種の時期を遅らせることのないよう適切な時期（対象年齢）に予防接種を受けましょう。



▲定期予防接種について



▲町内委託医療機関について

乳幼児のための健康診査 (保健センターで実施 / 国・申込：子育て世代包括支援センター ☎ 33-9035)

持ち物：母子健康手帳、問診票（3歳6ヵ月児健康診査のみ、検尿が必要です）

注 乳児健康診査については、生後2ヵ月頃に個別に通知している日程・受付時間でお越しください。

注 乳児健康相談・1歳6ヵ月児健康診査・2歳6ヵ月児歯科健康診査・3歳6ヵ月児健康診査の対象の人には、個別に日程や受付時間などについて連絡します。

行事名	日程	対象	内容
乳児健康診査 (4～5ヵ月児)	6 / 2(水)	令和3年1月11日～31日生まれ	身体計測・内科診察・保健相談・離乳食の話・絵本の配布
乳児健康相談 (10～11ヵ月児)	6 / 2(水)	令和2年7月1日～20日生まれ	身体計測・保健相談・栄養相談・歯科相談
1歳6ヵ月児健康診査	6 / 7(月)	令和元年11月3日～12月8日生まれ	身体計測・内科診察・歯科診察・保健相談・栄養相談・歯科相談
2歳6ヵ月児歯科健康診査	6 / 24(木)	平成30年10月生まれ	歯科診察・歯科指導・フッ素塗布
3歳6ヵ月児健康診査	6 / 14(月)	平成29年10月4日～11月14日生まれ	身体計測・内科診察・歯科診察・保健相談・栄養相談・歯科相談・検尿・視力検査・聴力検査

母と子の教室・相談 (保健センターで実施 / 国・申込：子育て世代包括支援センター ☎ 33-9035)

参加時はマスクの着用をお願いします。また体調不良時には参加をご遠慮いただくなどご協力ください。

行事名	日程	対象	内容など
赤ちゃん体操教室 (らっこクラス)	6 / 7(月)、7 / 5(月) 受 1部 9:15～9:30 2部 10:15～10:30	生後5ヵ月になるまでの乳児と保護者	注 赤ちゃん向けの遊びを中心とした体操の紹介など 定 8人 (1部・2部ともに)
赤ちゃん体操教室 (こあらクラス)	6 / 21(月)、7 / 12(月) 受 1部 9:15～9:30 2部 10:15～10:30	生後5ヵ月～ハイハイするまでの乳児と保護者	
パパママ教室	6 / 12(土) 受 9:15～9:30	妊娠中の人とパートナー	注 お産や産後の育児生活についての話、沐浴体験や育児体験 定 6組
すこやか相談	6 / 23(水) (9:30～11:30の間で時間予約制)	発育・発達・育児などに心配がある人	保健師・助産師・栄養士などがお子さんの発育や育児などについて相談を受けます

※新型コロナウイルス感染症による影響により、本紙に掲載されている情報が変更になる可能性があります。

最新の情報については、担当課へ問い合わせいただくか、町ホームページをご確認ください。

我が家の天使

10ヵ月健康相談の対象となっているお子さんの写真をご家族に撮っていただいたものを掲載しています。

名=氏名
生=生年月日
コ=コメント



名 みじわら こうき 藤原 幸希ちゃん
生 令和2年6月10日
コ いつも笑顔をありがとう。姉と仲良く元気に育ってね。



名 おぐら そうし 小椋 蒼士ちゃん
生 令和2年4月21日
コ いつもありがとう♡ これからも元気に育ってね♡



名 かねこ りく 金子 凌空ちゃん
生 令和2年5月14日
コ パパとママは毎日幸せだよ(^^)りくちゃん大好き♡



名 にしぐち はるま 西口 暖真ちゃん
生 令和2年5月1日
コ お姉ちゃんたちと仲良く元気に大きく育ってね。



名 おくたに あやと 奥谷 彩翔ちゃん
生 令和2年6月10日
コ うまれてきてくれてありがとう♡元気に育ってね!



名 にしかわ そうま 西川 蒼真ちゃん
生 令和2年5月29日
コ いっぱい遊んで笑って元気にすくすく育ってね♡



名 みじわら みつき 藤原 充希ちゃん
生 令和2年6月13日
コ 楽しい毎日をありがとう。すくすく元気に育ってね!



「広報たわらもと」は再生紙、環境に優しい植物油インキを使用しています。6月号の1部当たりの印刷経費は約21円です。



今月の1シーン 田原本中学校の生徒へ感謝状が贈呈されました。



▲吉原日和さんへ、天理警察署と町教育委員会から感謝状を贈呈
吉原日和さん(田原本中学校2年)は、下校途中、迷子になっていた幼児を保護し、捜索していた家族へ無事引き渡しました。この行動に、天理警察署と町教育委員会から感謝状が贈呈されました。
吉原さんは「最初は迷ったけど、先生の「人のために」という言葉を思い出し、勇気を出して声をかけました。家族と再会した後、その子から「また遊ぼうね」と言ってもらえて本当にうれしかったです」と思いを語りました。

人の動き		令和3年5月1日現在	
人口	31,774人	(前月比)	-16人
男	15,231人	(前月比)	-11人
女	16,543人	(前月比)	-5人
世帯数	13,214世帯	(前月比)	+19世帯

資料：住民基本台帳(外国人人口・世帯を含む)

編集後記

■ コロナ禍の中でも、健幸ポイントを貯めたり、健幸運動教室に参加して外で元気に活動されている方々取材して、こちらも元気と活力をいただきました。家にこもりがちだと気分も落ち込んでくる時もあるし、やっぱり外に出ないとですね。善

■ 田原本町でも新型コロナウイルスワクチンの接種が本格的に始まりました。本誌3ページでは現在の接種状況を、本紙折込の号外第8号では今後のスケジュールをそれぞれ掲載しています。最新の情報は町ホームページをご確認ください。昂