



Medical

国保中央病院だより 175

国保中央病院 ☎ 32-8800

ちゃれんじ Room（検査用病室）を新設しました

小児科主任部長
中農 昌子

小児科病棟では、食物経口負荷試験や成長ホルモン分泌負荷試験など検査目的で入院される患者さんがいらつしやいます。入院期間は、日帰り（午前中に来院して夕方帰宅する）から3泊ほどと検査内容によって異なります。

検査内容

食物経口負荷試験：アレルギーの原因になる食物を摂取してアレルギー症状がでないか数時間経過観察
成長ホルモン分泌負荷試験：ホルモン分泌を促す薬剤を体に投与した後体内の成長ホルモンの数値が上がっている（分泌されている）かをみる
心配や不安を軽減できる環境を

検査目的なので病状が悪くて入院するわけではないものの、小児患者さんにとって病室で過ごす時間というのは退屈だったり怖かったり、マ

イナスの気持ちを持ちやすいものになります。



〈室内設備〉

- ・室内 Wi-Fi
- ・Fire TV Stick
- ・大型テレビ（キッズステーションなどCSテレビ随時放送中）
- ・プレイマット

そこで、心配や不安を軽減できる雰囲気作りができたかと考え、小児患者さんとその保護者様に少しでも安心して検査を受けていただくことができるよう、ちゃれんじ Room（検査用病室）を新設しました。テレビを設置しておりますので子ども向けの動画やアニメを見て過ごしたり、プレイマットがあり退屈な時にはそこで過ごすこともできます。明るい色づかいのかわいらしいお部屋となっております。また、検査時には担当看護師がついており、どんなことでもお気軽にご相談いただける環境づくりを心がけています。もちろん検査の必要がない方がよいのですが、必要があつてご利用する時には不安な思いをせず過ごしていただけると嬉しいです。

気になることがあれば、お気軽に小児科外来までご相談ください。

Cooking

第3次健康たわらもと21
第3次田原本町食育推進計画



簡単 バランスごはん

作り方

- 1 味間いもは皮をむき、耐熱容器に入れ、ラップをして 600 w の電子レンジで 5 分加熱する。
- 2 白ねぎをみじん切りにする。
- 3 1 をフォークで粗くつぶす。
- 4 3 に 2 を入れ、A を加えて味を調える。
- 5 4 を器に盛り付け、黒こしょうをふる。

味間いもは、町内の味間地区で古くから栽培されてきた里いもです。大和の伝統野菜として奈良県から認定を受け、町の特産品として栽培されています。他の里いもと比べ、きめが細かく粘りが強いのが特徴です。

また、高血圧の原因となる食塩（ナトリウム）を体外へ排出する作用があるカリウムを多く含んでいます。



味間いもの和風サラダ

1人分エネルギー：57kcal, 塩分：0.7g

材料（2人分）

- ▶ 味間いも…4 個 ▶ 白ねぎ…3cm
- A 白だし…小さじ 2、塩…少々
こしょう…少々
- ▶ 黒こしょう…少々

イベント情報

子どもおはなし会 場所 おはなしのへや(申込不要)

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！

日程	時間	対象
11月1日(土)	午後2時～2時30分	4歳以上
11月8日(土)	午後2時～2時20分	3～4歳
11月15日(土)	午後2時～2時30分	5歳以上
12月6日(土)	午後2時～2時30分	4歳以上

11月

○は休み

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7時まで)

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～5時

今月の新刊

そのほかの新しく入った本は、図書館ホームページで公開中！

『本でした』

又吉直樹・ヨシタケシンスケ著／ポプラ社

村はずれに住み着いた2人の男は1行のヒントから「元の本」を復元できるといいます。村人たちが「本の復元依頼シート」をポストに投函すると……。又吉さんとヨシタケさんが紡いだ27編の短編を収録。



『おふうさま』

諸田玲子著／淡交社

前田利常の娘・富姫が、八条宮家に嫁ぐことになった。「おふうさま」付きの侍女となった「小蝶」は女主人を守ることを決意する。侍女だけが知るおふうさまの秘めた恋、そして悲願一。



マイナンバーカード受付時間の延長と休日開庁

住民保健課戸籍住民相談係 ☎ 34-2087

マイナンバーカードの交付・申請・電子証明書更新手続き、マイナ保険証や公金受取口座の登録のため、受付時間の延長と休日開庁を行います。

- 上記以外の業務は行っていません。
- 申請数が増加しており窓口が大変混み合いますので、お時間に余裕をもってご来庁ください。
- 延長・休日開庁時は役場西側通用口からの出入りになります。

受付時間の延長 午後7時まで

11月5日(水)・19日(水)

休日開庁 午前10時～午後4時

11月9日(日)

※受け取り方法など詳しくは、交付通知書(ハガキ)・町ホームページをご覧ください。

マイナンバーカードの健康保険証利用について

マイナンバーカードを健康保険証として登録・利用するには、電子証明書が有効になっている必要があります。有効期限は発行日から5回目の誕生日までで、有効期限切れの場合は、更新の手続きが必要です。

11月の納付(普通徴収分)

税務課収納・債権整理係 ☎ 34-2111

納期限 12月1日(月)

種類

- 固定資産税(第3期分)
- 国民健康保険税(第5期分)
- 介護保険料(第5期分)
- 後期高齢者医療保険料(第5期分)

町税などの納付には

安全・確実・便利な口座振替をぜひご利用ください

▶ 口座振替

申し込み手続きは簡単で手数料無料。一度申し込みをすると、毎年継続して口座振替できます。(納期限の1ヵ月前までに申し込みください)

▶ 口座振替を利用されない場合

指定金融機関・全国のQRコード対応金融機関・町役場税公金収納機・納付書に印刷されたQRコードやバーコードを利用して納付してください。

詳細は町ホームページや「地方税お支払サイト」、納税通知書に同封されているチラシをご確認ください。



地方税お支払サイト