

お知らせ版



斑鳩

いかるが

斑鳩町役場

TEL 0745 (74) 1001

fax 0745 (74) 1011

ホームページ:

<https://www.town.ikaruga.nara.jp/>

メールアドレス:

info@town.ikaruga.nara.jp

掲載しているイベント等の情報は、6月1日時点での情報です。状況により変更となる場合があります。



=健康マイレージポイント
対象事業です

催し

家庭教育学級

「地域で育てる宝物（子ども）」

中央公民館

(☎0745⑦41511)

地域の宝物である子どもの成長を
どう見守っていけばよいのかを一緒
に考えましょう。

日時 6月29日(木)

午前9時30分～11時

場所 中央公民館 創作室

講師 斑鳩町社会教育委員

吉田 晴彦さん

受講料 無料

申込 事前に中央公民館（水曜日休館）へお申し込みください。（無料託児（生後満5か月～）あり）

子育て支援講座

「もしもの時のために」

「救護法をマスターしよう」

子育て支援課

(☎0745⑦41152)

乳幼児の応急処置について学ぶ、
日本赤十字社の幼児安全法短期講習
です。

日時 7月7日(金)

午前9時30分～11時15分

(受付 午前9時20分～)

場所 生き生きプラザ斑鳩

2階 大会議室

トピックス

催し

お知らせ

講師 日本赤十字社奈良県支部

持物 筆記用具、健康マイレージポ
イントカード

定員 10組（先着順）

申込 6月19日(月)～30日(金)に子
育て支援課へ電話でお申し込みく
ださい。（無料託児あり）

※託児（生後満5か月～）を希望す
る場合は、当日午前9時20分まで
に生き生きプラザ斑鳩1階療育
ルームへお越しください。

夏休み親子公民館教室

中央公民館

(☎0745⑦41511)

夏休み限定の一日体験教室を開催
します。

対象 町在住の小学4年生以上の児
童とその家族（家族は町外在住の
人でも参加できます）

受講料 無料（材料費は別途必要）

定員 各教室10組（先着順）

申込 6月24日(土)～7月2日(日)

に、中央公民館窓口（午前9時～
午後4時）へお申し込みください。

※電話・fax・メールでの受付は
できません。定員に

達し次第締め切り
ます。



教室名	実施日時・場所	講師	材料費	内容
親子陶芸室 親教	7月29日(土) 午前9時～ 11時30分 中央公民館 陶芸室	清水 泰晴さん 富樫 和夫さん	500円 (1組)	オリジナル食器づくり 大人：角皿または丸皿 1枚、箸置3個 子供：小角皿または丸 皿3枚
親子クッキング室 親教	8月20日(日) 午前9時～正午 中央公民館 調理実習室	北田 靖子さん 森村 純世さん	2,000円 (1組)	クリームシャンティ (生クリーム)を詰め た特製シフォンケーキ と旬の果物を使ったフ ルーツゼリーづくり

※7月2日(日)に受講者を決定し、
対象者には、後日郵送で持ち物等
の詳細を通知します。

※各教室の申込者が最低催行人数
(6組)に満たない場合は不開講
とします。

宝くじ文化公演

アニソンファンタジック
コンサート

いかるがホール

(☎0745⑦7743)

日時 9月2日(土) 午後4時

(開場は午後3時30分)

場所 いかるがホール 大ホール

出演者 ささきいさお、堀江美都子、
影山ヒロノブ、森口博子 ほか

入場料 全席指定席 2,000円

(当日2,500円)

※宝くじの助成により、特別料金と
なっています。前売りで完売した
場合は、当日券はありません。未
就学児の同伴・入場はご遠慮くだ
さい。

販売場所 いかるがホール

主催 斑鳩町、(一財)自治総合セン
ター

協力 (公財)斑鳩町文化振興財団

家族介護教室

地域包括支援センター

(☎0745⑦4000、
0745⑦5666)

介護のポイントやちょっとした工
夫を知ること、介護の負担が軽減
することもあります。7月から11月
までいろいろなテーマで開催しま

トピックス

催し

お知らせ

す。介護のポイントや介護者の健康
づくりについて学びましょう。

日時 ①7月10日(月)
②7月24日(月)

両日ともに午後2時～3時30分

場所 生き生きプラザ斑鳩

2階 会議室

内容

①「口腔ケアで健康ライフ」

□腔機能の低下は全身の老化や病
気につながります。正しい口腔ケ
ア等について学びます。

②「高齢者の食事」十分な栄養を口
からとり続けるために」

高齢者ほどバランスのよい食事を
十分摂取することが大切です。飲
み込みや噛みやすくなる工夫、不
足しがちな栄養について学びま
す。

対象 家族を介護している人や介護
に関心のある人(介護職の従事者
は除く)

持物 筆記用具、タオル、飲み物

費用 無料

定員 各15人(先着順)

申込 ①7月7日(金)、
②7月21日(金)まで

に地域包括支援セン
ターへお申し込みく
ださい。



チャレンジ介護予防!



元気なときから介護予防に取り組むことが健康寿命
を延ばす秘訣です。

体力づくりや食生活の改善、口腔ケア等、日々の生
活でできることから始めましょう。

対象 町在住の65歳以上の人

問合せ・申込 地域包括支援センター

(☎0745-75-4000、0745-74-5666)

参加するみなさんへ (お願い)

- ・事前申込制としますので、前日までに電話でお申し
込みください。
(申し込みのない人は当日参加できません)
- ・ご自宅で体温を測定してきてください。当日受付で
お伺いします。(37.5℃以上ある人は参加できません)
- ・体調の変化(体のだるさ、咳、のどの痛み、頭痛、
息苦しさなど)がある場合は、参加を中止しましょう。
- ・手指消毒にご協力をお願いします。

	日程	時間	場所	内容	持物	定員	申込
運動教室	Aコース 7月5日(水) 7月19日(水)	午後1時30分 ～3時 (事前に検温・血圧測定 を済ませてください)	生き生きプラザ 斑鳩 1階 機能回復訓練 コーナー	ストレッチなど の運動	タオル、飲み物	なし	前日までに電 話でお申し込 みください。 ※運動教室は、 Aコース・ Bコースの どちらかを 選択してく ださい。 年間を通し ての申し込 みとなります。
	Bコース 7月12日(水) 7月26日(水)			※5日と12日は 歯科衛生士に よるミニ講座 があります。	※動きやすい 服装でお越 しください。		
生き生きセミナー	7月18日(火)	午後1時30分 ～3時	東公民館 集会室1・2	フレイル予防の 体操	タオル、飲み物	各20人 (先着順)	
	7月24日(月)	午前10時～ 11時30分	西公民館 集会室1・2	※前半は管理栄 養士による栄 養の講座があ ります。	※動きやすい 服装でお越 しください。		
	7月26日(水)	午前10時～ 11時30分	法隆寺五丁地区 地域交流館				



7月は

差別をなくす強調月間

差別をなくすには、差別に気づき、差別の現実を知ることが大切です。自分の人権が侵害されていないか、自分の周囲の人たちの人権は守られているのか、確かめてみることで、日常の人とのかかわりのなかで、相手のちょっとした一言で傷ついたり、悲しんだり、怒ったりすることがあります。



自分の立場や気持ちを伝えると同時に、相手の立場や気持ちに気づくことも大切です。互いの人権を確かめ合うことから始めましょう。

差別をなくす町民集会

住民課（☎内線161）

差別のない明るいまちづくりは、私たち一人ひとりが人権の大切さや差別についての理解を深めることから始まりです。

性的マイノリティとパートナーシップ宣誓制度についての講演を開催します。ぜひご参加ください。

日時 7月11日（火）

午後1時30分～3時

場所 中央公民館 大ホール

講演 「パートナーシップ宣誓制度について」

講師 特定非営利活動法人カラフルブランケッツ

理事長 井上ひとみさん

副理事長 瓜本淳子さん

※手話通訳、要約筆記あります。

申込 事前申し込み不要。直接会場へお越しください。

西和医療センター

地域住民公開講座

奈良県西和医療センター

（☎0745③20505）

日時 7月13日（木）

午後2時～3時30分

場所 王寺町地域交流センター

リーベルホール（王寺町久度2丁目2-11 リーベル王寺東館5階）

講演内容 「乳がんの早期発見と早期治療」、「形成外科ってどんな科？」

対象 どなたでも参加できます。

費用 無料

申込 事前申し込み不要。直接会場へお越しください。

※詳しくは、西和医療センターホームページをご覧ください。



トピックス

催し

お知らせ

IKARUGA カフェ【和】

地域包括支援センター（☎0745-75-4000、0745-74-5666）

IKARUGA カフェ【和】とは、認知症について理解を深める場です。認知症の当事者だけでなく、その家族や専門職、地域の人などが気軽に集い、情報交換や交流ができる場です。お気軽にお越しください。

対象 認知症に関心のある人 費用 飲食代は実費負担
※町内の IKARUGA カフェは、都合により中止となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。



IKARUGA カフェ【和】 開催日一覧

場所	開催日時	日程	問合せ・申込先
生き生きプラザ斑鳩内 喫茶レインボーウォーク または会議室 (小吉田1-12-35)	毎月第1水曜日 午前10時～11時30分	7月5日(水)	地域包括支援センター (☎0745-75-4000、 74-5666)
グループホーム カノンの扉 (阿波3-11-6)	毎月第2水曜日 午後1時30分～3時30分	7月12日(水)	カノンの扉 (☎0745-74-6333)
法隆寺 c a f e (興留7-7-8)	毎月第3木曜日 午前9時45分～11時15分	7月20日(木)	地域包括支援センター (☎0745-75-4000、 74-5666)
創業支援センター ふらっぴん♪ (神南5-14-16)	毎月第4火曜日 午前10時～11時30分	7月25日(火)	地域包括支援センター (☎0745-75-4000、 74-5666)
デイサービス ロハスの学校 (龍田南1-3-53)	毎週月曜日 午後1時～3時	7月3日(月)、10日(月)、 17日(月)、24日(月)、 31日(月)	ロハスの学校 (☎0745-43-7762)

お知らせ

新築、増築など 家屋調査にご協力を

税務課（☎内線153）

令和5年1月1日から12月31日までの間に新築、増築などをされた家屋を対象に、固定資産税を算出するための家屋調査を順次実施しています。

調査に伺う際には、事前に連絡のうえ、調査の日程等を調整させていただきますので、ご理解・ご協力をお願いします。

また、この間に家屋を取り壊された場合、取り壊しが完了した時点で、税務課にご連絡いただくなど、早期の現状把握にご協力をお願いします。

なお、職員は「固定資産評価補助員証」を携帯していますので、不審な場合は提示を求めてください。

マイナンバーカードの 交付・申請の休日・夜間受付

住民課（☎内線161）

平日に役場にお越しいただけない人は、次のとおり休日・夜間受付を行いますので、ご利用ください。

【休日受付】

日時 7月8日（土）、8月27日（日）

午前8時30分～正午

場所 役場 1階 住民課窓口

【夜間受付】

日時 6月16日（金）、7月21日（金）

午後5時30分～7時

場所 役場 1階 住民課窓口

※出入り口は東側玄関のみとなります。

※マイナンバーカードの交付・申請には、本人確認書類を持参のうえ、必ずご本人がお越しください。

※申請方法、持ち物などは、住民課へお問い合わせください。（交付・申請方法によって持ち物が異なります）

※休日・夜間はタブレット端末による申請補助サービスは行いません。

農薬は適正に使用を

建設農林課（☎内線216）

農薬は、ラベルに表示されている内容に従って使用することが義務付けられています。使用方法や注意事項を遵守し、散布区域外に飛散しないように注意してください。また、農薬の適切な保管、管理についても責任をもってお願いします。

公共施設や住宅地に近接する場所で農薬を使用する場合は、周辺住民への事前の周知や、天候・時間・風向きなどに注意するなど、周辺の人、物、農作物などに十分配慮してください。



町は、地域の自治会活動を 応援しています

～自治会へ加入しましょう～

総務課（☎内線274）

自治会は、地域の人たちが集い、話しあい、協力しあうことによって、よりよい地域づくりをめざす団体です。日ごろから自治会活動などを通じて隣近所と交流する機会を持ち、お互いの顔が見える人間関係をつくり、自分たちの町を住みよい町にしましょう。

自治会活動の主な例

- ・防災訓練、地域の清掃活動、ごみステーションの管理
- ・高齢者や独居老人などの見守り、防犯パトロール、防犯灯や消防施設（ホース、格納箱）などの設置・維持管理など
- ※自治会に加入するには、直接、地域の自治会役員にお申し出ください。地域の自治会が分からない場合は総務課へお問い合わせください。

令和5年度自治会連合会役員の紹介

自治会連合会は、地域福祉の増進に寄与するため、自治会相互の連携や交流をはかり、懇談会や研修会などの事業を行っています。

自治会連合会の令和5年度役員は、次のみなさんです。

会長	田中和則さん （十楽）
副会長	多田幸浩さん （東里）
会計	木本幸夫さん （駅前北）
書記	藤本守さん （法隆寺第一団地）
会計監査	本郷昭宏さん （三室地区）
評議員	山崎潤さん （三町）
評議員	仲田末博さん （三の二）
評議員	東川雅洋さん （峨瀬第一）
評議員	森田俊介さん （南服部）
評議員	増田健さん （並松中）
評議員	渡部則雄さん （興留一八）
副	副島千恵子さん （高安西1丁目）





ナラ・シェイクアウト(奈良県いっせい地震行動訓練)のお知らせ

7月10日(月) 午前10時30分開始

役場本庁舎は午前10時55分開始

問合せ 安全安心課 (☎内線272)

7月9日が奈良県地震防災の日と定められたことを契機として、ナラ・シェイクアウト（奈良県いっせい地震行動訓練）が県内でいっせいに実施されます。訓練は、地震発生を想定し、1分間身を守る行動を行います。町の施設における実施場所などは、下記のとおりです。ご来庁のみなさんには、ご理解、ご協力、ご参加をよろしくお願いします。

実施日 7月10日(月) 午前10時30分（役場本庁舎は午前10時55分）

実施場所 役場本庁舎、町立各小中学校・幼稚園・保育園

また、訓練の音源を使用することで、自宅や会社などでも訓練を行っていただくことが可能です。訓練に参加される場合は、事前の参加登録をお願いします。詳しくは奈良県の「ナラ・シェイクアウト」専用ページをご覧ください。

「ナラ・シェイクアウト」専用ページ <https://www.pref.nara.jp/item/120899.htm>



QR コード

訓練開始の合図について、スマートフォンをお使いの人は、「地震防災訓練アプリ」をご活用ください。

- AppStore、GooglePlay でダウンロード（アプリは無料）
- アプリをインストール後、右下の QR コードで訓練日時を設定すると、設定日時に緊急地震速報（エリアメール）専用のブザー音が鳴ります。（7月10日(月)午前10時30分以外の場合は手動設定となります。）
- マナーモード設定中は専用ブザー音は鳴りません。

アプリのダウンロードはこちらから



Android 版



iPhone 版



アプリ設定画面での
ナラ・シェイクアウト
専用 QR コード

安全行動の 1 - 2 - 3



まず低く



頭を守り



動かない

庁舎総合防災訓練の実施

役場庁舎では、ナラ・シェイクアウト訓練にあわせて、下記の日時で庁舎総合防災訓練を実施します。

日時 7月10日(月) 午前11時

当日は、奈良県広域消防組合西和消防署の協力を得て、訓練を実施します。（訓練時（午前8時30分～正午）は、役場正面駐車場が利用できません）詳しくは7月号広報でお知らせします。

処理にお困りの
「レンガ、ブロック、瓦」
を有料で回収します

環境対策課（☎内線132）

町で収集や処理ができない「レンガ、ブロック、瓦」を次のとおり回収します。

回収日時 7月2日（日）

午前9時～11時30分

（雨天決行）

回収場所 最終処分場・ごみ積替え施設（斑鳩町大字法隆寺4331）

回収品目



レンガ、
ブロック、瓦

※右記以外のものは回収できません。
回収方法

町指定不燃ごみ袋（大）に、持ち上げて破れない程度に入れて、回収場所へ直接お持ち込みください。

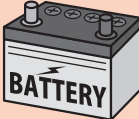
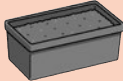
バッテリー・タイヤ・消火器・
プランターの土は直接、回収業者へ

町で収集や処理ができないタイヤやバッテリーなどは、回収業者で通年回収しています。

回収品目・回収業者・処理費用など詳しくは、下記処理困難物回収業者一覧表をご覧のうえ、直接、回収業者へお問い合わせください。

処理困難物回収業者一覧表

令和5年3月31日現在

回収品目	事業者名	回収料金	回収時間	所在地	電話番号
バッテリー 	浦野商会	バッテリー 1個 300円 (車、二輪車に限る)	月～土、祝 午前10時～ 午後7時	斑鳩町龍田北 5丁目1614番	0745-27-8144
	(株) 安本景一商店	バッテリー 1個 300円 (車)	月～土 午前8時～ 午後6時	斑鳩町龍田西 2丁目1番30号	0745-75-2721
タイヤ 	斑鳩タイヤ商会	タイヤ 1本 550円～ タイヤ (ホイル付き) 1本 880円～	月～土 午前9時～ 午後6時	斑鳩町幸前1丁目 3番41号	0745-75-5674
	和 大タイヤサービス	タイヤ 1本 300円～900円 タイヤ (ホイル付き) 1本 700円～1,600円	火～土 午前9時30分～ 午後5時	斑鳩町龍田1丁目 1番9号	0745-75-3037
消火器 	(株) 黒松商会	小型消火器 (ABC20型以内) 1,500円 大型消火器 (ABC50型以上) 8,500円	月～金 午前9時～正午	斑鳩町龍田西 2丁目1番34号	0745-75-2810
プランター 等の土 	コヤマ建材	プランター等の土 (持込みのみ) 200円～	月～土、祝 午前7時～ 午後5時	斑鳩町龍田4丁目 1番1号	0745-61-0303
リチウム イオン電池 (リサイクル マークのみ) 	市平電気商会	リチウムイオン電池 (小型)：200円 (中型・大型) ：500円	月～金 午前9時30分～ 午後6時	斑鳩町龍田南 4丁目3番7号	0745-74-1978
	(株) 高塚電気商会		月～土 午前9時～ 午後6時	斑鳩町興留5丁目 15番22号	0745-74-1234

トピックス

催し

お知らせ



ペットボトル

ラベルとキャップを取りはずして

環境対策課（☎内線134）

最近、ペットボトルにラベルとキャップがついたまま、ごみ集積所に出されるケースが多く見られます。

ペットボトルは、繊維、シート、ファイル、カーペット、手袋、洋服などにリサイクルされますが、ラベルやキャップがついたままだと、リサイクルできません。一人ひとりのちょっとした心がけで環境負荷が軽減され、貴重な資源が節約されます。正しい出し方を実践し、ごみの減量や資源化につなげましょう。

ペットボトルの正しい出し方

①ラベルとキャップを取りはずしてください。



②飲み残しや異物を取り除き、中をきれいに洗ってください。



③乾かして潰してから資源物共通指定袋へ入れてください。



※取りはずしたラベルやキャップがプラスチック製品の場合は、その

他プラスチック類として出してください。

※町役場、中央・西・東公民館、町立保育園・幼稚園、いかるがホール、ふれあい交流センターいきいきの里、生き生きプラザ斑鳩で拠点回収も行っていますので、ぜひご利用ください。また、スーパーなどにも、回収箱を設置しているところがありますのでご利用ください。

猫対策物品の貸出し

環境対策課（☎内線132）

町民の快適な生活環境の確保を図るため、次のとおり猫対策物品の貸し出しを行っています。

飼い主のいない猫対策用捕獲器

飼い主のいない猫による住民トラブルをなくすため、町内で飼い主のいない猫を適切に管理する活動である「地域猫活動」の支援を目的に、猫の捕獲器を貸し出します。

対象 地域猫活動ができると認められる団体の代表者

貸出期間・数量・料金

- ・貸出期間…貸出日から30日以内
- ・数量…活動に必要な最小数
- ・料金…無料

申請方法

環境対策課へ申請してください。

その他

・捕獲器の使用にあたり、捕獲器を設置しようとする場所の土地所有者等の許可を得てください。

・捕獲器の使用による事故については、借受者の責任で対応してください。

猫よけ器

町民の所有地または借地に侵入する猫による糞尿被害の軽減を図ることを目的に、超音波等によって猫を遠ざける効果を有する器具である、猫よけ器を貸し出します。

対象 町の住民基本台帳に記録されている人で、町内の自己所有地または借地に猫よけ器を設置し、猫による糞尿等の被害を防止し、または軽減しようとする人

貸出期間・数量・料金

- ・貸出期間…概ね半年に1回の頻度で、貸出日から20日以内
- ・数量…1世帯につき1台
- ・料金…無料（電池代など、使用に伴う費用は、借受者の負担とします）

申請方法

環境対策課へ申請してください。

その他

・猫よけ器の使用場所は、借受者の管理地内とし、それ以外の私有地、公道等では使用しないでください。

水道メーター

取り替えのお知らせ

上下水道課（上水道）

（☎0745241401）

水道メーターは、計量法により有効期間が8年と定められています。上下水道課では、有効期間が満了を迎える水道メーターを無償で交換しています。来月は次のとおり作業を行いますので、みなさんのご協力をお願いします。

取替期間 7月12日（水）～25日（火）

取替地区 龍田2～4丁目、龍田北

1～5丁目、龍田西1・2丁目、龍田南4～6丁目

※対象となるご家庭には事前に「メーター取り替えのお知らせ」を送付します。

委託業者 関西水道用品(株)

奈良労働局主催

NARAプレミアム

合同企業説明会

NPO法人キャリア・サポート
みらい（☎074233001）

日時 7月26日（水）午後1時～4時

場所 奈良ロイヤルホテル

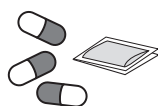
対象 令和6年3月卒業予定者、既卒3年以内の人、一般求職者

※入場無料・履歴書不要・服装自由

地域の福祉・介護職場の合同求人
面談会です。福祉施設・事業所との
面談コーナーを設けています。また、
福祉のお仕事相談なども受け付けま
す。

日時・場所

7月1日(土)、2日(日)・イオン
モール大和郡山2階イオンホール
10月21日(土)、22日(日)・イオン
モール橿原3階イオンホール

ジェネリック医薬品を
使用していますか？

国保医療課 (☎内線114)

ジェネリック医薬品を使う
メリットってなにかあるの？

ジェネリック医薬品は、効き目、安全性が新薬（先発医薬品）と同等でありながら、新薬に比べて一般的に価格が安いというメリットがあります。窓口での負担が少なくなるだけでなく、社会全体の医療費の軽減にも貢献することになります。（すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではなく、また、ジェネリック医薬品になっても自己負担額が変わらない場合があります）

ジェネリック医薬品への
切り替えはどうすればいいの？

医師や薬剤師へジェネリック医薬品を希望することを伝えましょう。また、保険証やお薬手帳に張り付けられるジェネリック医薬品希望シールなどを活用しましょう。（希望シールは役場国保医療課で配布しています）なお、症状などにより、ジェネリック医薬品に切り替えることができない場合もあります。

全日程ともに午前11時～午後4時
対象 福祉の仕事に就職や転職を希
望する人、福祉の仕事に関心のある
人、学生（令和6年卒業予定者
等）など。
※無資格・未経験の人も参加できま
す。
費用 参加費無料
申込 奈良県福祉
人材センターへ
お申し込みくだ
さい。なお、当
日のお申し込み
も可能です。



福祉医療費助成制度のご案内

町では、下記の対象となる人に医療費を助成しています。

対象となる人でまだ申請をしていない人は、国保医療課で手続きをしてください。

※昨年度から対象となっている人には更新用書類を送付しています。期日までに国保医療課へ提出してください。

制度名	助 成 対 象	助 成 内 容
老人医療	65歳以上70歳未満で市町村民税所得割非課税世帯に属する人	医療機関で支払った自己負担の一部を助成します
子ども医療	小学校就学前の乳幼児および小・中学生、高校生（0歳～18歳の子ども）	
心身障害者医療	75歳未満で身体障害者手帳1級～3級または療育手帳A・Bの人（※）	
重度心身障害老人等医療	後期高齢者医療制度の被保険者で身体障害者手帳1級～3級または療育手帳A・Bの人（※）	医療機関で支払った自己負担を助成します
ひとり親家庭等医療	配偶者のない父・母などで18歳未満（18歳に達する日以後の最初の3月31日まで）の児童を養育している人とその児童（※）	
精神障害者医療	精神障害者保健福祉手帳1級または2級の人（※）	
	精神通院の自立支援医療の適用を受けている人（ただし、社会保険被保険者本人を除く）（※）	精神通院の自立支援医療の自己負担（原則10%）を助成します

◎健康保険に異動があった場合は、保険証を持参のうえ届け出てください。

◎保険診療分が助成対象です。（食事療養などの自己負担は除きます）

※扶養人数に応じた所得制限があります。

申請手続き、問合せは国保医療課（☎内線112・113）へ



毎年6月23日～29日は、男女共同参画週間です

令和5年度 キャッチフレーズ

政策財政課（☎内線252）

無くそう思い込み、守ろう個性 みんなでつくる、みんなの未来。

女性と男性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、みなさん一人ひとりの取り組みが必要です。

女性のための相談（オンライン相談）

女性が抱えるさまざまな問題を、カウンセラーが相談者の立場に立ってお聞きし、ともに考えます。お困りごとを抱えたり、不安に感じたり、少しでも「困った」と感じる事があれば、ご相談ください。相談は、インターネット上でのビデオ通話によるオンライン相談を実施しています。自宅にインターネット環境がない場合は、役場のパソコンなどから相談することができます。

日時：毎月第4金曜日 ※事前予約制

申込：予約専用☎0745-75-9269

午後1時～4時20分（1人50分程度）

（土曜・日曜日・祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時30分

相談料：無料

いろんな悩みに応じます。

- （例）
- ・食欲がないし、夜も眠れない。気分がとても落ち込む。
 - ・子育ても一段落したので私も働きたいけど、夫が・・・。
 - ・上司が何かに付けて「だから女は」「やっぱり女は」と言うのが悔しくて・・・。
 - ・人との関係がとてもしんどい。相手にどう思われているか気になって仕方がない。



〈男女共同参画関係書籍コーナー〉

6月30日（金）まで

場所：斑鳩町立図書館（いかるがホール内）

熱中症予防のために

保健センター（☎0745-70-0001）

熱中症は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態のことです。

予防法を知って、熱中症を防ぎましょう。詳しい予防方法は次のとおりです。

暑さを避ける！

- ・扇風機やエアコンで温度をこまめに調整
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・外出時には日傘や帽子を着用
- ・天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- ・吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やす



こまめに水分を補給する！

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分を補給



熱中症警戒アラート発表時にはなるべく外出を避けましょう

熱中症警戒アラートは、環境省のホームページから確認ができます。

右のQRコードからご確認ください。



保健センターでボランティア活動をはじめませんか？

ボランティア養成講座

(運動普及ボランティア・保健センターサポーター・食育推進員)

保健センター (☎0745-70-0001)

保健センターでは、子どもから大人まで健康に過ごせるように、がん検診や健康教室などを実施しています。

保健センターでボランティア活動しながら、健康づくりの輪を一緒に広げてみませんか？

健康に関する知識が広がる

新しい仲間ができる

マイレージポイントがたまる



日時・内容

ボランティア名	第1回	第2回
運動普及ボランティア		8月23日(水) 午前10時～11時30分 ・知って得する！運動について
保健センターサポーター	7月27日(木) 午前10時～11時30分 ・ボランティアについて ・斑鳩町の健康状況について	8月22日(火) 午前10時～11時30分 ・知って得する！町の保健事業について
食育推進員		8月22日(火) 午後1時30分～3時 ・栄養調理の知識と食品衛生について ・食育について

対象 町在住の20歳以上の人で、全2回の養成講座を受講できる人

定員 各ボランティアにつき10人

申込 7月26日(水)まで

●運動普及ボランティア●



運動教室の運営、サポートなど、一緒に運動の楽しさを伝えましょう。



●保健センターサポーター●

がん検診、健康教室のサポートなど、一緒に健康づくりをサポートしませんか？

●食育推進員●

減塩や野菜たっぷりレシピの提案、調理実習など、食を通じた健康づくりの輪を広げてみませんか？



活動頻度は、1か月に1回程度です。

トピックス

催し

お知らせ

てんいち先生

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





糖尿病や高血圧症などの生活習慣病の早期発見、重症化予防のために

年に1回、健康診査を受けましょう！

健診は**無料**で受診できるのね！



国民健康保険特定健康診査

対 象 40歳以上75歳未満の国民健康保険加入者

※対象となる人には、特定健康診査の受診の際に必要な受診券を6月上旬に送付しています。

受診期限 令和6年3月31日(日)まで

受診方法 ①委託医療機関で受診する。(詳細は送付書類でご確認ください)

②保健センター(集団検診)で受診する。

・**定 員** 各回60人(各回申込人数が定員になり次第締め切ります)

・**申込方法** 保健センター・国保医療課の窓口または電話でお申し込みください。
※各健診日の5日前(土曜・日曜日、祝日を除く)までにお申し込みください。

実施日	受付時間	同時に受診できる検診 ※申し込み要
7月26日(水)	各回 午前8時30分～ 10時30分	- 前立腺がん検診(55歳以上の男性) - 大腸がん検診 - 肝炎ウイルス検診(今まで受けたことがない人)
9月29日(金)		
10月13日(金)		
11月25日(土)		

後期高齢者健康診査

対 象 75歳以上(65歳以上の障害認定者含む)の後期高齢者医療制度加入者

※対象となる人には、健康診査の受診の際に必要な受診券を6月上旬に送付しています。

受診期限 令和6年1月31日(水)まで

受診方法 委託医療機関で受診する。(詳細は送付書類でご確認ください)

その他の健康診査

- 国民健康保険と後期高齢者医療制度以外の医療保険に加入している人は、ご加入の保険者に確認してください。
- 年度途中に加入医療保険が変わり、現在加入している医療保険で特定健康診査を受けることができない人や生活保護を受給している人で40歳以上の人は、町内の委託医療機関による受診となりますので、保健センターで受診券発行の手続きが必要です。

問合せ 保健センター(生き生きプラザ斑鳩内) ☎0745-70-0001
国保医療課(斑鳩町役場内) ☎0745-74-1001(内線112、114、115)



防災行政無線システム戸別受信機を希望者に貸与します

問合せ 安全安心課 (☎内線272)

町では、令和4年度に、災害発生時にみなさんの生命、安全を守るために必要な緊急情報を放送で伝えるデジタル防災行政無線を整備しました。これを活用し、災害情報伝達手段の多重化を図るため、戸別受信機の導入を計画し、希望する世帯に対し、原則として1世帯当たり1台を無償で貸与します。

6月下旬から全世帯に戸別受信機の無償貸与等に関する書類を郵送しますので、貸与を希望される場合は、必要事項を記入の上、提出をお願いします。



Q 戸別受信機とは？

戸別受信機は、屋内に設置する受信機で、AC電源に接続し、町が防災行政無線で放送する避難情報などをお知らせする機器です。停電時でも使えるように乾電池でも使用することができます。

Q 費用はかかるの？

戸別受信機は無償で貸与します。ただし、受信に必要な電気代や乾電池の費用は別途必要になります。また、アンテナ等が必要になる場合も別途費用が必要になります。

なお、戸別受信機は、貸与となりますので、町外へ転出されるなど不要となった場合は、町へ返却していただきます。

Q 放送する内容は？

町が防災行政無線で放送する避難指示などの避難情報に加え、国からJアラートを通じて配信される緊急地震速報、国民保護情報等が放送されます。

行 事 予 定

6月 16日(金)	マイナンバーカードの 交付・申請夜間受付 ☎役場1階 住民課窓口 ⌚17:30~19:00 ☎住民課 (☎内線161)	7月 4日(火)	行政相談 ☎役場1階 第3会議室 ⌚13:00~16:00 ☎住民課 (☎内線163)
6月 30日(金)	〈6月の納期限〉 町県民税 (普通徴収・第1期分) ☎税務課 (☎内線152)	7月 8日(土)	マイナンバーカードの 交付・申請休日受付 ☎役場1階 住民課窓口 ⌚8:30~12:00 ☎住民課 (☎内線161)
		7月 11日(火)	差別をなくす町民集会 「パートナーシップ宣誓制度について~制度を利用したカップル~」 ☎中央公民館 大ホール ⌚13:30~15:00 ☎住民課 (☎内線161)



☎開催場所 ⌚開催時間 ☎問合せ

※掲載している行事は、申し込み不要のものです。行事は変更される場合がありますのでご了承ください。

この「広報いかるがお知らせ版」は毎月15日を挟む前後3日間で、町内全家庭に直接お届けしています。ご近所で配布されていない家庭がありましたらご連絡ください。

編集・発行：総務課 (☎内線274)