

公民館からのお知らせ

問い合わせ：教育推進課 ☎54-3637

☆飛鳥史学文学講座

【日時】 6月8日(日)

(午前の部) 10時～正午

(午後の部) 13時～15時

【場所】 明日香村中央公民館 1階 ホール

【午前の部講師】

明日香村教育委員会文化財課課長補佐・関西大学非常勤講師 西光 慎治

【内容】

自然災害と飛鳥の都－災害考古学からの警鐘－

【午後の部講師】

作家・関西大学客員教授 玉岡 かおる

【内容】

聖徳太子をばらばらにする－明日香から羽ばたいた偉人の真実と虚構－

※村内在住の方、関西大学学生、本講座に興味のある中高生は受講料無料。

皆さまの受講をお待ちしています。

【問い合わせ】 関西大学教育後援会

☎06-6368-0055

村民の皆さまの短歌

☆短歌

・満開の桜モフモフ雲のごと

この絶景よ臉に永久に

辰巳 陽子

・すみれ草春の日射に誘われて

たくましい花ひっそりと咲く

山本 能世

・ふるさとは保険医療に福祉にと

コンパクトシティー日々感謝す

森本 博文

・「ゆふすげ」といふ美智子さまの

歌集有りやさしき御心深き言の葉

西村 道子

・遠桜けむりと見紛ふ花明かり

四月の空にとけてゆくらし

森田 幸子

・久しうに主人娘と淡路島うず潮ながむ

車イスの我

吉田 清子

・満開の桜賑わいし藤原京

持統天皇の歌碑ひっそりと

脇田 智子

・紅梅の一枝朝のテーブルに

ここに始まるわたくしの今日

奥 まさみ

認知症予防教室



健康ポイント対象事業

今月は、「足指を使って認知症予防にチャレンジ」足指圧を測ってみよう」です。

認知症について正しく知り、実践を交えながら、日常生活で行える予防法を学びましょう。今月は、足指力の測定も行います。

【対象者】

村内在住で65歳以上の方

【日時】

6月18日(水)

14時～15時

【申込期間】

6月13日(金)まで

【定員】

30名程度

【参加費】

無料

【場所】

健康福祉センター2階

会議室1・2

【申し込み・問い合わせ】

健康こども福祉課

明日香村地域包括支援センター

☎54-5550

個別がん検診



～ 定期的に検診を受けましょう ～

早期発見・早期治療のため、がん検診を実施しています。受診方法には、集団がん検診（11月実施予定）と個別がん検診があります。

個別がん検診は、医療機関で受診できる検診です。通常の検診は保険適用外のため費用が高額になる場合がありますが、村の検診では費用が2～3割程度で済みます。（無料対象者については表の注意事項をご覧ください。）

がん検診は、加入医療保険の種類に関係なく、年齢や性別の条件を満たす村民であれば、どなたでも受けることができます。

【実施期間】

令和8年2月28日(土)まで（乳がん検診・子宮がん検診は令和8年3月31日(火)まで）

種 類	対象者	内 容	自己負担金	期 間	医療機関	備 考
胃 が ん 検 診	50歳以上	①問診 ②胃内視鏡 （胃カメラ）	5,000円	令和8年 2月28日まで	済生会中和病院 中井記念病院 南奈良総合医療センター	・胃内視鏡は2年に1回の検診です。昨年度胃内視鏡で検診を受けた方は、今年度胃がん検診（バリウム、内視鏡）を受けることはできません。
	大腸がん検診	①問診 ②胃透視 （バリウム）	2,000円		登録医療機関	
①問診 ②検便		無料				
肺 が ん 検 診		40歳以上	①問診 ②レントゲン			1,000円
乳 が ん 検 診	20歳以上	①問診 ②マンモグラフィ	2,000円	令和8年 3月31日まで	済生会中和病院 平尾病院 平成記念病院 河田胃腸科医院 鎌田医院田園診療所 済生会御所病院	・2年に1回の検診です（無料クーポン対象の年度に限り続けて受診できます）。
子宮がん検診		①問診 ②頸部細胞診	2,000円		奈良県内の登録医療機関	・体部検診については、医師の診察により体部検診が必要とされた方が対象となります。 ・2年に1回の検診です（無料クーポン対象の年度に限り続けて受診できます）。
注 意 事 項	・胃がん検診（胃内視鏡）、乳がん検診、子宮がん検診は、2年に1回の検診です。 ・年齢は、全て令和8年4月1日時点での年齢です。 （例：40歳以上→昭和61年4月1日以前に生まれた方） ・70歳以上の方・無料クーポン券対象の方は無料になります。 ・生活保護世帯の方・非課税世帯の方は、健康こども福祉課への事前申請により無料になります。 ・明日香村国民健康保険被保険者（加入）の方は、助成制度があります。 詳しくはくらし窓口課（☎54-2282）へお問い合わせください。 ・期限が近くなると予約が取れず受診できない場合があります。 各医療機関に予約の上、早めに受診してください。					

がんが早く見つければ治る可能性が高くなり、治療の選択肢が増えることもあります。がん検診を受けましょう！

【注意】年度内に同じ検診を重複して受診することはできません。

【問い合わせ】

健康こども福祉課 ☎54-5550

【申込方法】

①フォームで申込



◀申込フォーム

②電話・窓口で申込

健康こども福祉課へお問い合わせください。
※問診票を発行しますので、予約した医療機関への受診時にご持参ください。

受けよう！歯周疾患検診

健康ポイント対象事業

今年度の対象者に、受診案内ハガキをお送りしています。

歯を失う原因のほとんどは、むし歯や歯周病です。さらに、歯周病は糖尿病や心臓病と深く関わり、全身に悪影響を及ぼします。歯の健康を保ち、身体全体の健康を守りましょう。

【対象者】

今年度20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方

【費用】 無料

【実施医療機関】



▲医療機関一覧

【受診方法】

受診案内ハガキを健康こども福祉課へ持参、または電話で申し込んでください。予診票をお渡しします。受診に予約のうえ、受診してください。

【申し込み・問い合わせ】

健康こども福祉課
54-5550

6月から熱中症に備える

熱中症は毎年7月から8月に多く発生します。特に梅雨明けで蒸し暑くなる7月は、身体が熱さに慣れていないため、熱中症による救急搬送者数や死者数が急増しています。

人間は、暑さに慣れることで、発汗が早まり体温上昇を食い止められるようになります。熱中症に備えて、数日から2週間ほど無理のない範囲で汗をかき続けましょう。また、エアコンの準備をしましょう。

■熱中症予防の講演

知識・理解を深めていただくため、各団体等からの講演希望を受付しています。左記までお問い合わせください。

【問い合わせ】

健康こども福祉課
54-5550



健康ステーション拠点活動

健康ポイント対象事業

速歩トレナーの貸出希望の方は、活動日にお越しください。

健康ステーション参加で健康ポイントがたまります。健康ポイントカードを作って、ポイントをたくさん貯めましょう。

【日時】

6月12日(木)

9時45分～11時45分

【内容】

- ・おでかけ健康法の紹介
- ・速歩トレナーの貸出・診断・返却
- ・健康チェック

血圧測定、体組成（体脂肪や筋肉量など）測定

【場所】

役場1階 ミーティングルーム

1

※開催場所が前年度と異なります。

【利用料金】

無料

【問い合わせ】

健康こども福祉課
54-5550

個別健康相談

健診の結果や、日頃の運動・食事などの生活習慣で気になることを相談できます。ご希望される方は、電話でご予約ください。

【日時】

6月12日(木)、25日(水)（要予約）

・一人（一組）30～40分程度

・9時30分～15時30分最終予約

【内容】

専門職（管理栄養士・健康運動指導士等）による指導・相談
個別に生活習慣の改善方法をご提案します。

【場所】

役場相談室

【利用料金】

無料

【注意事項】

訪問による相談も可能です。ご希望の方はお問い合わせください。

【問い合わせ】

健康こども福祉課
54-5550