



明日香村健康福祉センター たちばな だより



◆あすかゆったり「太子の湯」

■次回10月分の定期更新/新規受付は
【9月26日(金)】からです

村民定期料金 (税込)	高齢者	3,000円
	一般大人	5,000円
村外定期料金 (税込)	高齢者	3,300円
	一般大人	5,500円

※高齢者：65歳以上の方



《讃良の湯》



《大海人の湯》

9月 太子の湯カレンダー

火	水	木	金	土	日	月	
2	3	4	5	6	7	8	
女湯 大海人の湯		/		男湯 讃良の湯		休館	
9	10	11	12	13	14	15	
男湯 大海人の湯		/		女湯 讃良の湯			
16	17	18	19	20	21	22	
休館	女湯 大海人の湯		/		男湯 讃良の湯		休館
23	24	25	26	27	28	29	
男湯 大海人の湯		/		女湯 讃良の湯		休館	
30	10/1	2	3	4	5	6	
女湯 大海人の湯		/		男湯 讃良の湯		休館	

最終受付時間は19時30分です

注意：入れ墨・タトゥーのある方、泥酔の方のご入浴は固くお断りします

◆ 9月のご案内 ◆

■女性湯限定 入浴剤投入イベントは【9月7日(日)・21日(日)】です。

■菓子パン販売のご案内 (毎週金曜日14時頃から)

美味しい菓子パンを浴場受付前で販売しています。(150円~170円)

あんぱん・クリームパン・デニッシュ・総菜パン各種取り揃えています。

※イラストはイメージです。数に限りがあります。



【太子の湯浴場 / 運動指導室 営業時間 10時~20時 (閉館時間)】

《明日香村健康福祉センター たちばな》明日香村大字立部745番地 ☎54-5330

健康ステーション拠点活動

健康ポイント対象事業

速歩トレーナー貸出希望の方は活動日にお越しください。

参加で健康ポイントが貯まります。健康ポイントカードを作つて、ポイントをたくさん貯めましょう。

【日時】

9月10日(水)

9時45分~11時45分

【内容】

- ・おでかけ健康法の紹介
- ・速歩トレーナーの貸出・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は異なりますのでご注意ください。

【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。相談希望の方は、電話等でご予約ください。

【日時】

9月10日(水)、25日(木)

※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】

訪問による相談もできます。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

● 集団がん検診・集団特定健診・後期高齢者健診 ●

疾病の早期発見・早期治療には、定期的な健診が大切です。

【健診日】

11月16日(日)・17日(月)

【時間】

- ① 8時30分 ② 9時
- ③ 9時30分 ④ 10時
- ⑤ 10時30分

※各枠の定員は25名です。

【場所】

健康福祉センター

【申込受付日時】

9月18日(木)～26日(金)
平日8時30分～17時

※各枠定員に達し次第、空き枠へご案内します。
ご了承ください。

※事前に周知していた募集期間から1日早く募集開始となっています。

【申し込み・問い合わせ】

健康こども福祉課
☎54-5550

◆健診の種類

	①特定健康診査	②後期高齢者健康診査	③若年者健康診査
対象者	①40歳*1から74歳*2までの明日香村国保加入者	②75歳以上*2の後期高齢者医療広域連合加入者	③30歳*3から39歳の明日香村国保加入者
	*1令和7年度内に40歳になる方から受診可能です。 *2実施期間内に74歳の方は特定健診、75歳の方は後期高齢者健康診査となります。 *3令和7年度内に30歳になる方から受診可能です。 *今年度特定健診を受診された方は対象外です。		
項目	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・内科診察 ・血液検査 ・血圧測定 ・肝機能 (AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GTP) ・身体計測 (身長・体重・腹囲・BMI) ・脂質 (中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール) ・尿検査 (尿糖・尿蛋白) ・血糖値 (空腹時または随時血糖、HbA1c) ・心電図 ・腎機能 (クレアチニン、eGFR、尿酸) ・眼底検査 (該当者のみ) ・貧血検査 		
料金	①500円 ②500円 ③無料		

	歯周疾患検診	肝炎ウイルス検診
対象者	40歳以上の方	40歳以上で過去に一度も受けたことがない方
項目	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・歯科検診 ・歯科衛生士による相談 	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・血液検査 (B型肝炎ウイルス検査、C型肝炎ウイルス検査)
料金	無料	

	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	乳がん検診	子宮がん検診	前立腺がん検診
対象者	40歳以上の方			40歳以上の女性 (2年に1回)	20歳以上の女性 (2年に1回)	40歳以上の男性
項目	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・胃透視 (バリウム) 	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・レントゲン撮影 ・喀痰検査 (必要時) 	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・便潜血検査 	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・マンモグラフィ検査 	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・視診、内診 ・頸部細胞診 	<ul style="list-style-type: none"> ・問診 ・血液検査
料金	500円	500円 喀痰検査は+500円	無料	1,000円	1,000円	400円
	無料対象者 ・70歳以上の方 (昭和31年4月1日以前に生まれた方)			無料対象者 ・70歳以上の方 (昭和31年4月1日以前に生まれた方) ・無料クーポン対象者		無料対象者 ・70歳以上の方 (昭和31年4月1日以前に生まれた方)
備考	<ul style="list-style-type: none"> ・がんの既往がある方 (手術後の方) など、集団検診では受診できない場合があります。 ・昨年度、胃がん検診で胃内視鏡検査を受けられた方は、今年度は胃がん検診を受けられません。 ・今年度受診済みのがん検診は受けることができません。 ・乳がん、子宮がん検診は今年度、昨年度に受診済みの場合、今年度受けることはできません。 					

特定健診未受診の方へ

特定健診は生活習慣病予防のためメタボリックシンドロームに着目した健診で、年に1度の受診を推奨しています。

未受診の方へ受診勧奨通知をお送りしますので、ぜひ受診してください。

【送付予定】

9月中旬～下旬

【対象者】

国民健康保険加入者のうち、令和7年度特定健診未受診者

※受診済でも、村に結果が未着の場合は通知が届くことがあります。ご容赦ください。

【問い合わせ】

健康こども福祉課

☎ 54-5550



世界アルツハイマー月間

毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」、9月は「世界アルツハイマー月間」です。

認知症は、何らかの原因で脳細胞の働きが悪くなつて生じる、誰にでも起こりうる身近な病気です。気になる症状があれば早期にかかりつけ医などに相談しましょう。

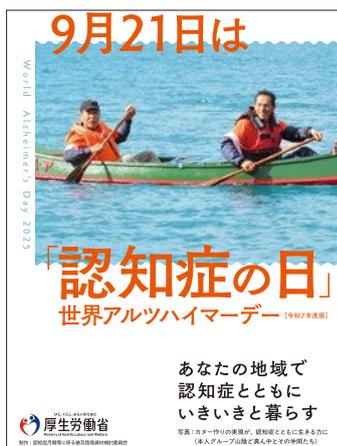
また周囲の人が認知症を正しく理解し、温かく見守ることが大切だと言われています。地域で認知症の方を見守り、安心して暮らせる村づくりを目指しましょう。

【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



制作：認知症月間等に係る普及啓発資料検討委員会

認知症カフェに来てみませんか？

認知症カフェ「ねこのてそとカフェ」は、認知症の方やその家族、介護や福祉の専門家などが気軽に集える場所です。

談話スペースや専門職との相談スペースなどを設けています。認知症介護にお悩みの方など気軽にお越しください。

【対象者】

村内在住で認知症症状のある方とその家族、支援者、地域住民の方

【日時】

9月13日(土) 14時～15時

【申込期間】

9月11日(木)まで

【定員】

15名程度

【参加費】

無料

【場所】

特別養護老人ホームあすかの里
(明日香村大字越280番地)

【申し込み・問い合わせ】

特別養護老人ホームあすかの里
☎ 54-5557

認知症予防教室

健康ポイント対象事業

今月の教室は、「手作りパズルで脳もイキイキ！第4弾」です。体操やパズルの制作を通して、脳の活性化を図りましょう。皆さまの参加をお待ちしています。

【対象者】

村内在住で65歳以上の方

【日時】

9月17日(水) 14時～15時

【申込期間】

9月12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