



人、自然、科学を結ぶ 学研都市精華町
「はなそう」

せいか

華創

HANASOU

川西小児童新校舎リポート …	2
乳がん検診で早期発見 ……	4
新型インフルエンザ対策 ……	6
近畿Vで全国大会へ ……	10
各地域で地デジ説明会 ……	12
活動のひろば⑪ ……	18
精華町職員を募集 ……	23



とどけ、ぼくのおねがいごと

七夕の7月7日(火)、町内の全保育所では、子どもたちが短冊の飾りつけをしました。「かぜをひかずにげんきにあそべますように」「おともだちとなかよくできますように」など、思い思いの願い事が書かれた短冊。年一度の彦星と織姫との再会を祈りながら、色とりどりの希望が天に届けられました。

2009

8

seika town times
No.557

もうすぐ入校するピカピカの校舎！

ぼくたちの川西小学校の新しい校舎が完成しました！
楽しい夏休みが始まったばかりのある日、ぼくは、二学期から勉強する校舎を見に行ってきました。校舎は前の校舎からの引越中で、引越越し屋さんのおじさんや先生たちは、とっても忙しそうでした。ここでは、そのとき撮った写真を使って、新しい校舎を紹介します。



明るくなった図書室



ホテルの庭のような中庭



ドアが全開になる教室



走り回れそうなホール



友達が考えたかべのまよう



図工室にある広いペラペラ

基本理念

かわしょう

まなびや

川西小の伝統・文化を受け継ぐ学舎

▼伝統がある学校

「よく学び、心豊かで元気な子」という目指す児童像のもと、基礎体力の習得はもとより、心身共に健康で、他人への思いやりのある児童を育んできた川西小学校の伝統の良さを受け継ぎ、未来に向けてさらに発展させることのできる特色ある学校施設です。

▼中庭がある学校

川西小学校には、70余年の歴史のなかで培われた、川西小学校にしかないさまざまな特色があります。なかでも最大の特徴といえば、広い中庭を囲む校舎配置です。中庭は身近に生き物とのふれあいができ、命の大切さを学ぶことができる貴重な体験の場になっています。思いやりや優しさを身につけた、たくましく生きる児童を育んできた中庭を、新校舎にも継承しています。

▼優しさ^{さと}とたくましさを学ぶ集いの郷

和風のたたずまいのある外観、スムーズな移動ができる回廊、地域開放も視野に入れた図書室、豊かな緑に溢れる校庭。ひとつ屋根の下で集い、人と接することで優しさやたくましさを学ぶことができる、心の教育の時代にふさわしい学びの郷づくりを目指します。

新校舎を見に来ませんか

二学期から授業がスタートする新校舎を8月29日(土)、一般公開します。

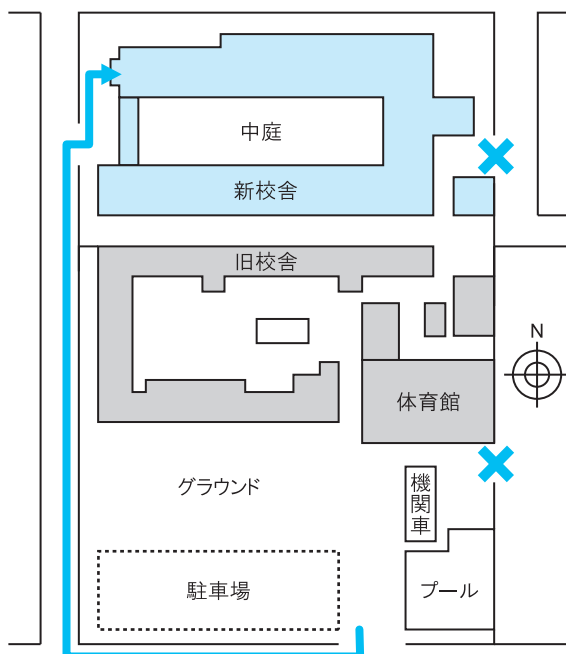
時間は午前9時～午後3時、範囲は校舎内とその周辺です。教室^{きょうしつ}と中庭にはお入りいただけませんので、ご注意ください。

校舎内は土足厳禁となっておりますので、脱いだ靴を入れる袋とスリッパをお持ちください。また、駐車場には限りがありますので、できるだけ徒歩か自転車でご来校ください。

○問い合わせ

学校教育課 施設係

(TEL 95-1906・FAX 94-5176)



(注) ×印の校門からはお入りいただけません。恐れ入りますが、西側の門へお回りください。南門も駐車場の出入りのみとなります。お車の方は駐車後、青線の順路でお進みください。



知って
納って

健康ひろば

part
130

乳がん検診で早期発見

皆さんは、「乳がん検診」と聞いてどのようなイメージを持っておられますか。ピンクリボンなどで知名度も高くなってきました。ピンクリボンとは、乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝えるシンボルマークです。しかし、「私にはまだ先のこと」と思っておられる方もいらっしゃるかもしれません。今月号では、そんな乳がんについて見ていきましょう。

早期発見・治療で治る

乳がんは早期に発見し、早期の治療を始めることで治すことのできる病気です。乳がんの生存率は早期に発見された場合、5年生存率は95%です。

早期に治療を始めるためには、日ごろのがん検診や自己検診が重要となります。

乳がん検診

町で行っている乳がん検診は、問診、視触診、マンモグラフィからなります。

視触診では、乳房の対称性や表面皮膚の状態、リンパ節の状態などを診ています。また、乳腺組織

の発達した閉経前の女性の場合、小さな影が見えにくい場合があります。視触診を併用しています。

マンモグラフィとは、乳房を片方ずつ、X線フィルムを入れた台と透明プラスチックの板ではさんで、乳房を平らにして撮影する検査のことです。この方法を圧迫とい

います。圧迫により、乳房内部の様子を鮮明に映し出すことができ、また、放射線被曝量を少なくすることができま

す。圧迫の際に痛みを伴うことがありますが、痛みの感じ方は人によって違います。検査全体は10分程度かかりますが、圧迫をしている時間は数十秒

です。生理前の1週間を避ける

精密検査は必ず

精密検査では、マンモグラフィの追加撮影、超音波検査（エコー）などが行われます。

精密検査とは「疑わしいところがあるので、もう少し調べてみましょう」ということで、がんであると診断されたわけではありません。しかし、がんや良性の病気である乳腺症なども発見できますので、精密検査が必要と診断された場合は早めに精密検査を受けましょう。

セルフチェックも大切

乳がんは体の表面に近い部位に発生するため、観察したり触れたりすることで自分でも発見することのできる数少ないがんの一つです。毎月1回、生理が終わった後1週間以内（閉経後の人は毎月決まった日）に自分でチェックしましょう。

もし検診受診後でも、新たにしこりに気づいたり、気になることがあれば、速やかに乳房疾患の診療を専門とする乳腺外科などを受診してください。

あなたの周りの方にも乳がん検診の必要性を伝えてください。

初めて乳がん検診を受けることは、とても勇気のいることかもしれませんが、しかし、検診を受けることで助かる命があることは確かです。

町の乳がん検診

本年度、40歳以上（昭和44年12月31日以前生まれ）で昭和・大正偶数年生まれの女性を対象に、乳がん検診を行います。町役場では、平成22年2月1日～10日に予定しています。田辺中央病院と学研都市病院でも9月1日～12月19日に行っています。しかし、定員を超えた場合は、ご希望に添えないこともありますのでご了承ください。詳しくは「家族の健康カレンダー」をご覧ください。

病院への予約はお早めに

町へお申し込みされた方には、5月に予約確認票と問診票をお送りしています。医療機関で受診される場合は、予約が必要です。ご希望の日が予約しにくくなりますのでお早めにお電話ください。

〇問い合わせ

衛生課保健衛生係

(TEL 95-1905)

(FAX 95-3974)

無料クーポン券配布

女性特有のがん検診推進事業を行うことに伴い、町が行うがん検診で、特定の年齢の女性に、検診手帳と、子宮頸がんまたは乳がん検診の無料クーポン券をお渡しします。詳しい内容は、対象者に個別通知します。対象者は以下の通りです。

子宮頸がん

年齢	生年月日
20歳	昭和63(1988)年4月2日～平成元(1989)年4月1日
25歳	昭和58(1983)年4月2日～昭和59(1984)年4月1日
30歳	昭和53(1978)年4月2日～昭和54(1979)年4月1日
35歳	昭和48(1973)年4月2日～昭和49(1974)年4月1日
40歳	昭和43(1968)年4月2日～昭和44(1969)年4月1日

乳がん

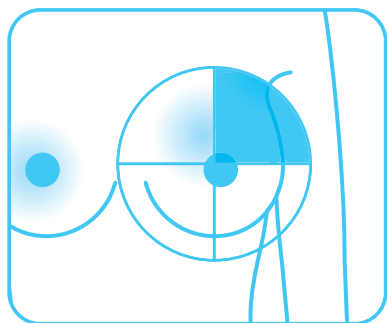
年齢	生年月日
40歳	昭和43(1968)年4月2日～昭和44(1969)年4月1日
45歳	昭和38(1963)年4月2日～昭和39(1964)年4月1日
50歳	昭和33(1958)年4月2日～昭和34(1959)年4月1日
55歳	昭和28(1953)年4月2日～昭和29(1954)年4月1日
60歳	昭和23(1948)年4月2日～昭和24(1949)年4月1日

乳がんは自分でも
見つけられるから

月一回セルフチェック

日本人女性の20人に1人は乳がんと診断されます(国立がんセンターがん対策情報センター調べ)。決して他人事ではありません。しかし、この病気は早期発見・早期検診によって、死亡率は低下します。実は、乳がんは体の表面に近い部分に発生するため、観察したり触れたりすることで、自分でも発見することのできる数少ないがんの一つなのです。毎月1回、生理が終わった後一週間以内(閉経後の人は毎月決まった日)に自分でチェックしましょう。

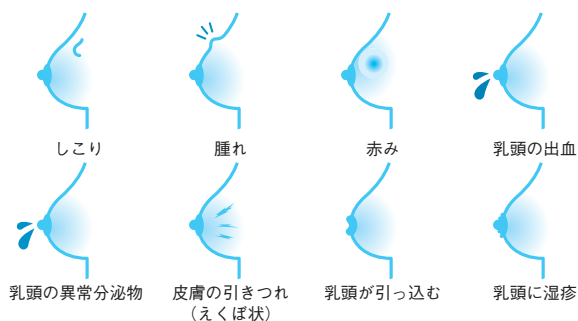
CHECK RANGE チェックの範囲



※乳がんの50%は乳房の外側上部に発生するといわれています。

.....
乳房だけでなく、上は鎖骨の高さぐらい、外側は脇の下、内側は胸の広い範囲でチェックしましょう。

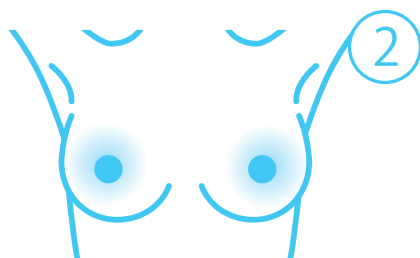
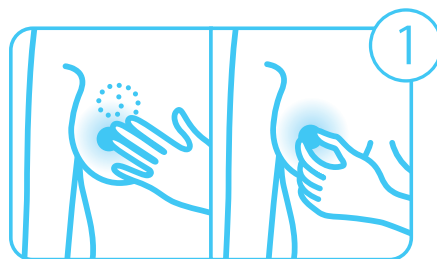
CHECK POINT チェックのポイント



CHECK METHOD チェックの方法

手で触ってチェック

3本の指を揃えて、指の腹に軽く力を入れ、「の」を描くようになってしこりを確認。乳首をつまんで、分泌物をチェック。



鏡の前でチェック

鏡の前で両手を挙げたり下げたりして、乳房の形や色の変化を確認します。

お風呂でチェック

泡立てたせっけんやボディローションなどをつけて、指で触ったり、押したり、広い範囲でチェック。



あおむけでチェック

あおむけに寝て、肩の後ろにタオルなどを入れ、乳房が平たく広がるようにする。手は頭の下に置き、反対側の手の指先を使って乳房や脇の下を丁寧にチェック。

気になることがあったら、乳房疾患の診療を専門とする乳腺外科などを受診してください。気になることがなくても、40歳以降は2年に1回、乳がん検診(マンモグラフィ)を受けてください。

がんに関する情報は国立がんセンターがん対策情報センターの「がん情報サービス」(<http://ganjoho.jp>)に公開されています。

監修：国立がんセンター中央病院乳腺科 木下 貴之



映画「余命」はピンクリボン運動の精神に賛同しています。

秋の流行に備えて

新型インフルエンザ対策

世界保健機関（WHO）は6月12日（金）、新型インフルエンザの警戒水準をフェーズ5から6へ引き上げました。今は冬の南半球では新型インフルエンザの感染者数が増加しており、引き続き世界的な流行が心配されています。

国内でも秋以降、感染拡大の可能性があります。5月の発生時には一時期「マスクが品切れ」という報道もありました。今から秋に備えて準備をしておきましょう。

●準備しておくことは……
新型インフルエンザが流行した

場合、食料品・生活必需品などの流通、物流に影響が出ることも予想されます。このため、災害時のように最低でも2週間程度の食料品・生活必需品などは備蓄しておきましょう。

●心がけることは……

・新型インフルエンザに関する正確な情報入手し、冷静な対応をしましょう（厚生労働省・国立感染症研究所・京都府ホームページ参照）
・帰宅後や、不特定多数の方が触れるようなものに触れた後の手洗

い・うがいを日常的に行いましょう。
・手洗いは、石鹸で最低15秒以上することが望ましく、洗ったあとは、清潔な布やペーパータオルなどで水を十分に拭き取りましょう。
・流行地への渡航、人ごみや繁華街への不要不急な外出を控えましょう。
・十分に休養をとり、体力や抵抗力を高め、日ごろからバランスよく栄養をとり、規則的な生活

・熱、せき、くしゃみなどの症状があるときは、せきエチケットを心がけましょう。

●せきエチケットとは……

・せき、くしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を覆い、ほかの人から顔をそむけ、2メートル以上離れましょう。
・その後のせきやくしゃみを押さえた手は直ちに洗いましょう。
・手を洗う場所がないことに備えて、携行できる速乾性擦式消毒用アルコール製剤でも代用できます。
・使ったティッシュは、直ちに蓋付きのゴミ箱に捨てましょう。
・せきやくしゃみなどの症状のある人には、マスクをつけてもらうようにしましょう。

備蓄物品の例

（厚生労働省「個人での備蓄物品の例」より）

【食料（長期保存可能なもの）】

米、乾麺類（そば・ソーメン・うどんなど）、切り餅、コーンフレーク・シリアル類、乾パン、各種調味料、レトルト・フリーズドライ食品、冷凍食品（注1）、インスタントラーメン、缶詰、菓子類、ミネラルウォーター、ペットボトル・缶入り飲料など
（注1）家庭での保存温度や停電にご注意ください。

【日用品・医療品】

常備品：常備薬（胃腸薬、痛み止め、そのほか持病の処方薬）、絆創膏（大・小）・ガーゼ・コットン（滅菌のものとしてでないもの）、解熱鎮痛剤（アセトアミノフェンなど）など
※薬の成分によっては、医師や薬剤師の確認が必要です。

【対インフルエンザ対策の物品】

不織布製マスク、体温計、ゴム手袋（破れにくいもの）、水枕・氷枕（頭や脇下の冷却用）、漂白剤〔次亜塩素酸（注2）〕、消毒用アルコール（アルコール分60～80%）など
（注2）消毒効果があります。

【通常の災害時のための物品（あると便利なもの）】

懐中電灯、乾電池、携帯電話充電キット、ラジオ、携帯テレビ、カセットコンロ・ガスボンベ、トイレトペーパー、ティッシュペーパー、キッチン用ラップ、アルミホイル、洗剤（衣類・食器など）・石けん、シャンプー・リンス、保湿ティッシュ（アルコールのあるものではないもの）、生理用品（女性用）、紙おむつ、ビニール袋（汚染されたごみの密封に利用）など

○問い合わせ

衛生課保健衛生係

TEL 95-1905
FAX 95-3974

発熱相談センター 相談時間

（状況により変更あり）

（山城南保健所：TEL 72-0981）

相談時間：午前8時30分
～午後5時15分

※変更しましたのでご注意ください。

★新型インフルエンザに関する電話相談を受け付けています。

共立電業株式会社

各種電気設備工事
冷暖房設備
電気機械器具販売

お気軽に電話下さい
精華町祝園神木段9
TEL(0774)94-5502 FAX(0774)94-3524

石碑・彫刻・建築石材

有限会社 宮本石材店

精華町祝園西1丁目23-7
(JR祝園駅北へ100m)

TEL(代) 94-2122
(FAX) 94-4639
(工場) 93-1064

暮らしに「安心」と「安全」を!!

LPガス、ガス器具供給・施工
警備保障・水道設備工事

株式会社 ジェイ・エス・ピー

TEL93-0139 FAX93-1274
〒619-0241 精華町祝園二ノ坪9番地

精華町国保病院の診療体制

診療体制	月	火	水	木	金	土
内科1診 (午前診)	桑原院長	大路医長	桑原院長	大路医長	桑原院長	荒川医師
内科2診 (午前診)	西沼顧問 (心療内科)	西沼顧問 (心療内科)	岸本医師 (循環器科)	奥医師 (循環器科)	岸本医師 (循環器科)	福田・井上医師 (リウマチ・膠原病) ※第4週を除きます。
予約診療 (午前診)			西沼顧問 (心療内科)			
予約診療 (午後1時30分 ～3時30分)	大路医長 (糖尿病)	桑原院長 (内科)	大路医長 (糖尿病)			
外科 (午前診)	青山院長代理	青山院長代理	青山院長代理	青山院長代理	青山院長代理	鈴木医師
整形外科 (午前診)						山本医師 (第2・4週)
皮膚科 (午前診)	松吉医師			松吉医師		
内視鏡 (午前診)	山内医師 (第1・3・5週) 澤村医師 (第2・4週)			石野医師		山内医師
歯科 (午前診) (午後診)	竹内部長	竹内部長	原田医師	竹内部長	竹内部長	竹内部長
血液透析 (午前診)	川村医師		山田医師		青山院長代理	

＜診療時間＞ ▶午前診 午前9時～正午(歯科のみ午前9時～午後0時30分)

▶午後診 歯科：午後2時～6時30分

※歯科は一般歯科・矯正歯科・口腔外科・小児歯科です。

※急患はこの限りではありません。また、診療日・診療時間に変更になる場合があります。

○問い合わせ 精華町国民健康保険病院(医療法人医仁会) (TEL 94-2076・FAX 93-2818)

みんなで築こう 人権の世紀

～考えよう 相手の気持ち

育てよう 思いやりの心～

8月

「人権強調月間」

です

看護師・薬剤師を募集

精華町国保病院では、診療体制を充実するため看護師・薬剤師を募集しています。

▶形態 常勤・非常勤

▶勤務場所 精華町国保病院

○問い合わせ

精華町国保病院 人事担当

(TEL 94-2076・FAX 93-2818)



まずは
お電話して
ください。

次世代育成支援 のために

次世代育成支援対策を推進するため、第1回精華町次世代育成支援対策地域協議会が7月1日(水)、町役場で開催されました。

同協議会は、次世代育成支援対策推進法に基づく地域行動計画の策定にあたり、幅広く意見を求め、協議・検討をするために設置されたものです。学識経験者や子育て関係機関、保健医療関係、教育機関、町民公募者の計15人で組織されています。

この日は、各委員へ委嘱状が交付された後、昨年度に行った町での次世代育成支援対策に関するアンケート調査結果と、今後の協議会の進め方が報告されました。さらに、町での子育て支援に関する意見交換が行われました。

今後は行動計画の策定に向け、計画的な協議会の開催と子育てサークルなどの意見交換も予定されています。

〇問い合わせ

児童育成課保育係

(TEL 95-1917)
(FAX 95-3974)

講演聞いて健やか維持 9月から7回 健康講演会を開催

健康トピックスや病気についての健康情報を、医師に講演していただきます。講演の後には、講演に関する質問や相談に応じます(制限あり)。直接日ごろの疑問を質問したり、相談してみませんか。

日時・場所(予定)	演 題	講 師
第1回 9月2日(水) 午後1時30分～2時30分 精華町交流ホール (町役場2階)	「健康長寿(寝たきりにならない老後)日本一を目指して」 日本人はさまざまな病により、平均7年間の寝たきりの生活を余儀なくされます。寝たきりの予防について考えてみましょう。	藤村医院 (南地区) 藤村 聡 医師
第2回 9月30日(水) 午後1時30分～2時30分 保健センター	「狭心症・心筋梗塞について」 狭心症と心筋梗塞は日本人の3大死因の一つで、研究が重ねられ、診断や治療が日進月歩の疾患です。どんな病気か、発作のときの近くにおられる方(家族や同僚)の対応方法について勉強します。	平田内科医院 (光台七丁目) 平田 理佳 医師
第3回 10月1日(木) 午後1時30分～2時30分 保健センター	「動脈硬化について」 動脈硬化が脳卒中、心筋梗塞などの原因といっても過言ではありません。動脈硬化について考えてみましょう。	岸田医院 (精華台二丁目＝10月開院予定) 岸田 秀樹 医師
第4回 11月19日(木) 午後1時30分～2時30分 保健センター	「発達障害(主に自閉症)について」 発達障害について、耳にされることが多いと思います。発達障害とはどのようなものなのかをお伝えします。	梅田小児科医院 (桜が丘四丁目) 梅田 斉 医師
第5回 12月2日(水) 午後1時30分～2時30分 保健センター	「皮膚疾患について」 全身を包んでいる皮膚。その働きはさまざまです。乾燥するこの時期、あなたを守ってくれている皮膚について知ることができます。	山村医院 (精華台二丁目) 山村 喜一 医師
第6回 平成22年1月13日(水) 午後1時30分～2時30分 保健センター	「やさしい耳の病気のお話」 日常的に起こりやすい耳の病気(中耳炎や外耳炎)についてのお話です。	松川耳鼻咽喉科医院 (桜が丘四丁目) 松川 俊一 医師
第7回 2月17日(水) 午後1時30分～2時30分 保健センター	「救命救急法：心肺蘇生について」 2分以内に心肺蘇生を開始すると、救命率が90%といわれています。講演と実践をします。あなたの力が必要な場面がくるかもしれません。	下里医院 (山田地区) 下里 豪俊 医師

講演参加希望の方は、各講演会の前日までに下記のところへお申し込みください。
やむを得ない事情などにより一部内容や場所を変更する場合がありますので、ご了承ください。

〇申し込み・問い合わせ

衛生課 保健衛生係 (TEL 95-1905・FAX 95-3974)

申請期限 迫る

定額給付金・子育て応援特別手当

9月16日までに申請を

定額給付金・子育て応援特別手当の申請手続きはお済みですか。町では現在、窓口と郵送での申請受付を行っています。精華町の申請受付期限は、平成21年9月16日(水)です。

▶申請していない方は

申請をされていない方やお忘れの方は、早めに申請をお済ませください。申請の際は、本人確認書類の写しなどの添付をお忘れなく。

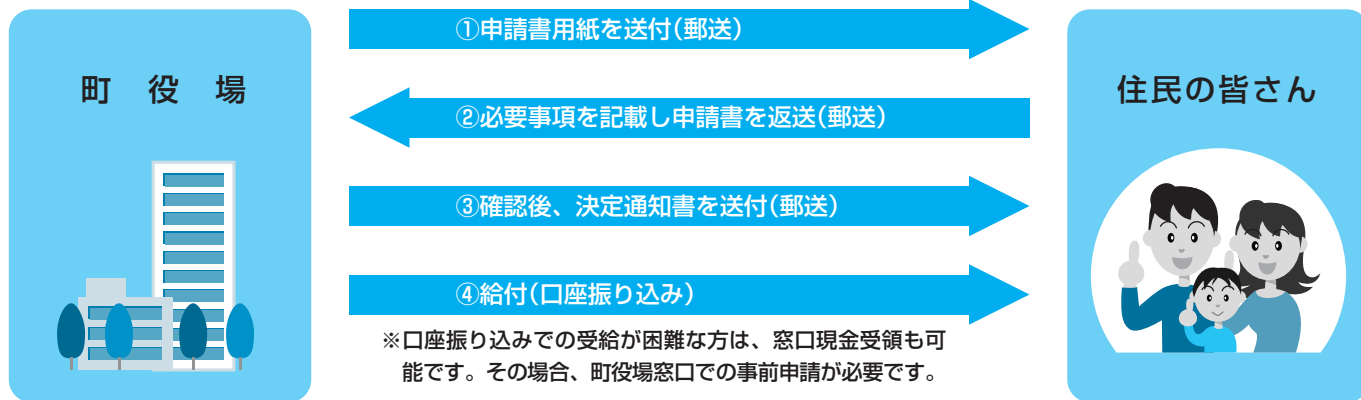
▶添付書類がない場合は

郵送申請した方のうち、本人確認書類や振込先金融機関の預金通帳の写しがないなどの理由で、手続きが保留となっている方へは、町役場からお知らせをお送りしています。まだ、提出していない方はお急ぎください。

▶まだ申請書が到着しない方は

世帯主の住民登録の住所地へ申請書を郵送していますが、申請書が届いていないという方がおられましたら、右下のところへご連絡ください。

▶申請から受給までの流れ



定額給付金詐欺に注意

この給付を装った「振り込め詐欺」や「個人情報の詐取」などといったトラブルの発生が考えられますので、十分ご注意ください。

- ・給付の際、町役場や総務省などがA T M(銀行・コンビニなどの現金自動預払機)の操作をお願いすることは絶対にありません。
- ・町役場や総務省などが定額給付金の給付のために、手数料などの振り込みを求めることは絶対にありません。
- ・町役場や総務省などが皆さんの世帯構成や銀行口座の番号などの個人情報をお聞きすることは、絶対にありません。
- ・A T Mには、自分で操作して他人からお金を振り込んでもらう機能はありません。
- ・自宅や職場などに、町役場や総務省の職員などをかたっている恐れのある電話がかかってきたり、郵便が届いたら、迷わずお住まいの町役場や最寄りの警察署、警察相談電話(#9110)にご連絡ください。

○問い合わせ 企画調整課 定額給付金係 (専用TEL 95-1921・専用FAX 95-1922)

心あるニューライフづくりのお手伝い……

モリタ電化

全メーカー電化・OA・石油・ガス製品・太陽熱ソーラー(発電)・増改築からエクステリアまで各種工事。

電気工事・冷暖房他各種設備工事 JCB・VISA他各種カード取扱い
精華町東畑 (水曜定休)

店舗 木津川店
TEL (72)0924 FAX (72)3673
フリーダイヤル 0120-12-0924

あんま・マッサージ・指圧

村上治療院

肩こり・腰痛・五十肩

65歳以上助成券取扱い
1時間20分 4,000円 定休日・木曜
近鉄狛田駅より北へ徒歩3分 ☎94-4420

(株)協和電工 **hls**

電気設備の
創案・提案いたします

精華町祝園中ノ町14-14 TEL 95-0800
FAX 93-1154