

ストマ用装具購入補助 定期申請のお知らせ

身体障害者手帳に、「直腸機能障害」または「ぼうこう機能障害」の記載がある人で、ストマ用装具を利用されている人は定期申請をしてください。

3月中の申請で、4月～9月分の購入補助が受けられます。

申込・問合せ＝希望する人は、身体障害者手帳と印かんを持って、障害福祉課（内線535・538）窓口へ

奈良県警察官募集中！

日時＝第1次試験日

教養試験・論文試験：5月12日（日）

体力試験・口述試験：5月25日（土）、26日（日）

のうち指定する1日

受験資格＝平成3年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学（短期大学を除く）を卒業した人または令和7年3月末日までに卒業見込みの人

受付期間＝インターネットのみ（県警ホームページから）3月1日（金）～4月12日（金）まで

<https://www.police.pref.nara.jp/>

問合せ＝奈良県警察本部 警務課 採用係（採用フリーダイヤル ☎ 0120-351-204）



採用 Instagram

預けて安心！ 自筆証書遺言書保管制度

- ・遺言書を作成しておくことで、あなたの意思に従った遺産の分配ができます。
- ・相続人以外の人にも財産の分配（遺贈）ができます。
- ・遺言書の紛失・改ざん・隠ぺいの心配がありません。
- ・家庭裁判所の検認が不要です。

留意事項＝遺言書の保管の申請には、1通につき手数料3,900円がかかります

法務局への申請手続きは、事前予約が必要です

問合せ＝奈良地方法務局 供託課（☎ 0742-23-5456）
（市民課）

認知症サポーター養成講座 （無料出前講座）

～認知症になっても安心して暮らせるまちづくり～

認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る認知症サポーターになりませんか？

地域で認知症について考えましょう。地域包括支援センターでは出前講座を行っています。

日時＝平日の9時～17時

※事業の都合などにより、ご希望に添えない場合があります。

対象＝市民5人以上

場所＝地域の集会場など

内容＝認知症の基礎知識、対応方法など約1時間30分

講師＝地域包括支援センター職員等

申込・問合せ＝地域包括ケア推進課 地域包括支援センター（☎ 55-7733）

これって、もしかして更年期？

40歳代に入ると、女性ホルモン（エストロゲン）の分泌が次第に減少します。更年期はエストロゲンの減少によって心身にさまざまな症状が起こり、すべての女性が迎える節目です。『約8割の女性が何かしらの症状を自覚している』と言われ、ほてりやのぼせ頭痛、肩こり、冷え、不眠、憂うつ感など…更年期の症状は数百種類とも言われています。いくつかの症状が重なり、日常生活に支障をきたす場合には、婦人科や更年期外来へ相談しましょう。

また、エストロゲンの減少によって血液中のコレステロールが増える脂質異常症や、骨の吸収と形成のバランスが崩れることで骨粗しょう症も起こりやすい時期です。

令和6年度に40・50歳になる人は市の骨粗しょう症検診が受けられます。本人のつらさが、他の人にはわかりにくいこともありますので、みんなで理解を深めましょう。

女性の健康推進室ヘルスケアラボもご覧ください≫

問合せ＝保健センター「さんて郡山」（☎58-3333）

