

成績発表

第44回錬成大会

(市内在住の優勝者 敬称略)

6月15日(日) 錬成館 参加者数72人

弓道の部

- ◆ 中学男子の部
櫻木建琉(藤浪中3年)
- ◆ 中学女子の部
水谷愛心(藤浪中3年)
- ◆ 高校男子の部
林 祐成(津島高2年)
- ◆ 高校女子の部
小崎七海(津島高2年)
- ◆ 一般男子の部
鷲津 遼(津島弓道会)
- ◆ 一般女子の部
岡下千恵(津島弓道会)



6月22日(日) 錬成館 参加者数187人

剣道の部

- ◆ 小学5年の部
吉川響真(神守小)
- ◆ 中学男子1年の部
田畑律登(暁中)
- ◆ 中学女子1年の部
吉川ゆな(神守中)

全国大会出場

第42回全日本小学生ソフトテニス選手権大会(茨城県神栖市)

はっとりりのあ
服部莉乃愛さん(南小学校6年生・常盤町)

出場種目 ソフトテニス



集まれ! つしまの アイドル



“つしまのアイドル”と称して、市内に在住する3歳まで※のお子さんの写真を、保護者の方からいただいた、お子さんへのメッセージとともに紹介します!

※申込時点



LINEの友だち追加はこちら

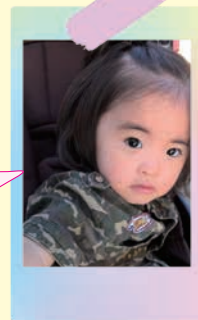
申し込みは、市LINE公式アカウントの専用申込フォームからのみ受け付けています。たくさんのお申し込みお待ちしております。

※掲載を必ずお約束するものではありません。

※名前の表記は、お子さん全員「ちゃん」で統一しています。



かいと
夏紘ちゃん(良王町)
令和4年7月生まれ
大好きなかいとの笑顔を見ると
幸せな気持ちになるよ!これから
も元気いっぱいにごっこしてね!



みなと
湊ちゃん(上新田町)
令和4年5月生まれ
たーくさん笑って
毎日楽しく過ごそうね!



ゆずの
柚乃ちゃん(新開町)
令和7年1月生まれ
毎日の成長に驚き、
可愛さに癒されています。
幸せをありがとう!



平和に向けて

平和の集い

今日の平和と繁栄は、戦争での尊い犠牲のうえに成り立っています。世代が替わり、薄れつつある戦争の記憶を継承し、平和の尊さについて考えましょう。

場所 どちらも市役所1階

献花台の設置 (お花は、福祉課で用意しています)

日時 8月6日(水)～15日(金) (土・日曜日、祝日は除く)
午前8時30分～午後5時15分 (初日は午後1時30分から、最終日は午後4時30分まで)

平和祈念小中学校作品と平和パネルの展示

日時 8月6日(水)～21日(水) (土・日曜日、祝日は除く)

問合 福祉課福祉G ☎24-1115



平和パネル展

平和パネルを展示します。戦後80年の今、平和について考えてみませんか。

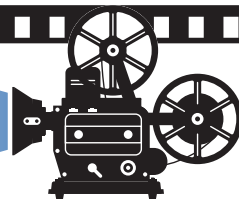
日程 8月5日(火)～17日(日)

場所 児童科学館2階展示ロビー

入場料 無料

問合 社会教育課生涯学習・文化振興G
☎55-9421

おやこ映画会



ID 421075902

児童科学館で映像作品を上映します。

日程・内容 表のとおり

場所 児童科学館2階視聴覚室

定員 60人 (先着・自由席)

対象 どなたでも

入場料 無料

問合 社会教育課生涯学習・文化振興G ☎55-9421

日程	上映時間	上映作品
8月6日(水) 午後2時	96分	①ダンボ(64分) ②ヒロシマに一番電車が走った(32分)
8月7日(木) 午後2時	89分	①ふしぎの国のアリス(75分) ②ちいちゃんのかげおくり(14分)
8月8日(金) 午後2時	91分	①シンデレラ(74分) ②100ばんめのサル(17分)

市民病院公開講座

問合 市民病院地域医療センター
☎28-5151 内線3410

乳がんってどんな病気?

乳がんは今や女性にとって最も身近ながんです。しかし、早くに見つけてきちんと治療すれば治る可能性の高い病気です。この講座では乳がんの基礎から、検診の大切さ、最近の治療などについてわかりやすく、かつ詳しくお話しします。

不安を減らして、自分や家族を守るために一緒に勉強しませんか?

日時 8月20日(水) 午後2時～3時

場所 市民病院2階講義室

講師 市民病院外科医師

対象 どなたでも (当院に通院していない方も参加可能)

参加費・申込 不要

こどもの目

ぼくの将来の夢

ぼくの将来の夢は、プロ野球選手になることです。そのために自主練習やチームの練習をするのはもちろんのこと、人として大切にしていることが2つあります。

1つ目はゴミを拾うことです。世界一の野球選手といわれている、大谷選手は、「ゴミを拾うことは、運を拾うこと」と言っていました。野球が上手い下手とかではなく、日ごろから人としてそのような心をもって生活したいです。

2つ目は、周りの人への感謝を忘れないことです。いつも野球や勉強をする時、常に周りの人とかかわっていることで自分が成り立っていることを学んできました。

いつも支えてくれている、家族、かんとか、コーチ、学校の先生、市の人達へぼくが努力してプロ野球選手になって恩返しができるようにがんばりたいです。



神守小学校6年
おおほしこうき
大橋煌樹さん

今月のバランス献立

ガパオライス ラタトゥイユ
かぼちゃサラダ



1人分 675kcal 塩分2.1g

ガパオライス 材料(2人分)

ご飯200g、鶏ひき肉110g、赤パプリカ半分、玉ねぎ1/4個、にんにく1片、オリーブオイル小さじ1、塩少々、こしょう少々、A(しょう油大さじ1/2、酒大さじ1/2、砂糖小さじ2、オイスターソース小さじ1)、卵2個、油小さじ2

作り方

- ①パプリカと玉ねぎを1cm角、にんにくを薄切にする。
- ②フライパンに油をひき、目玉焼きをつくりとりだす。
- ③②のフライパンにオリーブオイルをひき、にんにくを弱火で熱し、香りが出てきたら鶏ひき肉と塩こしょうを加えて中火で炒める。
- ④パプリカ、玉ねぎを加え、玉ねぎがしんなりしたらAを加えて、汁気なくなるまで炒める。
- ⑤器にご飯を盛り、④をかけ②をのせる。

※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシヅヤ情報コーナーにレシピがあります。
また、市ホームページにも掲載しています。

ほんのひととき

皆さんと本との出会いを求めて、新着の図書をご紹介します。

児童書



『ミハイルのハーモニカ』
高橋良子 文
金子 恵 絵
文研出版

北海道の宗谷海峡の北にある島、サハリンは戦前までは樺太とよばれ、南半分の南樺太は日本の領土でした。南樺太の国民学校に通う良太たちは、学校の帰りにロシア人のミハイルが営む店によく立ち寄り、友情を深めていました。しかし、戦争が激しくなるとミハイルは収容所へ送られてしまいます。そして、日本の敗戦後にはソ連軍が南樺太に上陸。良太や南樺太の人びとは、必死に日本へ戻ろうとしますが、それは過酷なものでした。

今年8月は戦後80年を迎える節目です。この本を通じて、平和の尊さを親子で語り合ってみませんか。

『ホテルの光をつなぐもの』
福岡伸一 文 五十嵐大介 絵 福音館書店

『もりのあさ』
出久根 育 作 偕成社

一般書



『その本はまだ
ルリユールされていない』
坂本 葵 著
平凡社

何年も挑戦し続けた夢を諦め、小学校の図書館で働くことになった主人公のまふみ。心機一転、引っ越したアパートには「ルリユール工房」という名の製本工房が併設されていました。工房の親方の瀧子や、その孫の由良子、そして製本教室に集う人びととの出会いを通じて、まふみは自分なりの一歩を踏み出します。

「ルリユール」とは、フランス語で「もう一度～する」という意味の「ル」と、「糸で綴じる」という意味の「リール」を合わせた、「手仕事の製本」という意味の言葉です。人生は何度でも再生することができる、というメッセージが込められた小説です。

『世界のお弁当とソトごはん』
岡根谷実里 著 三オブックス

『いつも犬が居た』
柴門ふみ 著 KADOKAWA

〔 8月の休館日 〕

26日(火)

※毎月第4火曜日は、館内整理のため、分室(生涯学習センター、神島田公民館)もお休みします。
ご自宅から図書館ホームページで蔵書検索ができますので、ご利用ください。
津島駅構内(切符売場前)に「図書返却ポスト」を設置していますので、ご利用ください。

院長 コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

93



市民病院 院長 川井 覚

命に関わる熱中症

近年夏が暑くなり、当院でも熱中症で救急搬送される患者さんが増加しています。熱中症とは、高温多湿な環境で、発汗による体温調節等がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をさします。熱中症は重症化すると命に関わる病気なので暑い季節は特に注意が必要です。

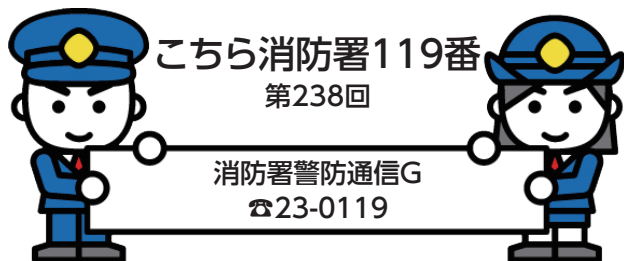
熱中症については、毎年テレビや新聞などで盛んに注意喚起がなされていますが、それでも当院の救急外来を受診される患者さんのなかには「自分は気を付けていたから大丈夫」と思っていたといわれる方が多くみえます。特に高齢者は暑さを感じにくくなり、汗をかきにくくなっているため、体温調整がうまくいかず、気付いたときは症状がかなり進行しており、入院治療が必要になることもめずらしくありません。

ではどうしたら熱中症を予防できるでしょうか？日中炎天下で外出しているときは多くの人が熱中症に気がついているものの、夜間室内でも熱中症が発症することもあり、注意が必要です。暑い時間帯に外出を控えることはもちろんのこと、室内でも適度にエアコンと扇風機を使って、室温だけでなく湿度を下げるのが重要です。こまめに水分補給をすることも大切ですが、たくさん汗をかいたときは適度に塩分を補給することも必要です。昔から暑い屋外で仕事をする人は塩をなめながら作業したのは理にかなっています。

熱中症の初期には、めまいや立ちくらみ、気分が悪い、筋肉がつるなどの軽度の症状が現れます。これは、暑くなると、血液中の熱を外気に排出して上昇した体温を下げるために、末梢血管に血液が集まり、脳や内臓、筋肉などに供給される血液が減少してしまうためです。

熱中症が起こったことに気付かないまましていると、体内の熱が体の外に放出できず、体温が上昇することで重症化し、頭痛や吐き気、体がだるいなどの症状が現れます。さらに熱中症が進行すると、意識障害やけいれん、ひきつけを起こし、最悪の場合は命に関わることもあります。

夏本番はこれからです。熱中症のことを正しく理解し、十分すぎるくらいの対策をしてください。



火遊び・花火による火災の防止

こどもの火遊びや火災によるこどもの死傷事故が後を絶ちません。痛ましい事故を無くすためには、日常生活で火を使う機会を捉えて、正しい火の取扱いや火の恐ろしさについて教えることが大切です。

こどもの火遊びによる火災の特徴と対策

大人がいない時に発生することが多く、そのために火災の発見が遅れ、火災が大きくなることがあります。もし、火災が発生したら、真っ先に危険にさらされるのは幼い子どもたちです。親や周囲の大人が次の点に注意を払うとともに、日ごろから子どもたちに火の恐ろしさと火災予防の大切さを教え、理解させておきましょう。

大人が注意すべきこと

- ・マッチやライターなどはこどもの手の届くところに置かない。
- ・こどもだけで火を取り扱わせない。

- ・こどもが火遊びしているのを見かけたら、注意してやめさせる。

日本の夏の風物詩といえは花火です。夕暮れになると、色とりどりの花火が私たちを楽しませてくれます。

しかし、安易な取扱いをしてしまうと火災や火傷などの事故となることも考えられます。花火遊びにもルールがありますので、次のことをしっかり守って行ってください。

- ・こどもだけで花火をしない。
- ・水の入ったバケツなどを用意する。
- ・人に花火を向けない。
- ・風の強い日は避ける。
- ・燃えやすい物がない場所で行う。
- ・注意書を必ず読む。
- ・大きな音が出るような種類の花火は夜中にしない。
- ・ゴミは必ず持ち帰る。
- ・道路や庭を汚さないよう後片付けも忘れずに行う。

火災や火傷などの事故が起こらないよう十分注意して、楽しい夏の思い出を作りましょう。



私のカルテ

No 4 4 6

手がカクカク動く…
それ、「ばね指」かもしれません津島市民病院
整形外科主任医長山賀
崇
たかし

はじめに

はじめまして。4月より津島市民病院整形外科に赴任した山賀と申します。整形外科全般を担当していますが、その中でも特に専門は「手外科^{てげか}」です。今回は、手外科の中でも、頻度が多い疾患の一つのばね指について、お話をさせていただきます。

手がカクカク動く…それ、「ばね指」かもしれません

「朝起きたら、指が曲がったまま戻らない」「指を伸ばすとカクッと引っかかる感じがする」このような症状、思い当たることはありませんか？それはもしかすると「ばね指」かもしれません。

ばね指ってなに？

ばね指は、手の指の腱^{けん}や腱鞘^{けんしやう}に炎症が起きて、指の動きに引っかかりが出る病気です。医学的には「狭^{きやう}窄^{さく}性^{せい}腱鞘炎^{けんしやうえん}」と呼ばれます。指を曲げ伸ばしするたびに、腱が腱鞘の中を通るのですが、炎症によってその通り道が狭くなると、腱がスムーズに動けなくなります。そのため、指が曲がったまま戻らなくなったり、急に「カクッ」と動いたりします。

誰に多いの？

ばね指は、特に中高年の女性に多くみられます。更年期以降のホルモンバランスの変化や、家事や育児で手をよく使うことが関係していると考えられています。また、

手を酷^く使う仕事や趣味がある方、糖尿病や関節リウマチのある方も注意が必要です。そのためもちろん、男性の患者さんもたくさんいます。

症状は？

症状は指の付け根に違和感を感じるところから始まり、進行すると痛みや腫れ、動かしにくさが出てきます。典型的なのは、朝方に症状が強く、日中は少し軽くなることもあるという特徴です。親指、中指、薬指に多くみられますが、どの指にも起こる可能性があります。

治療法は？

軽い症状であれば、安静にして指の使いすぎを避けること、湿布や痛み止めの内服などで様子を見ます。改善しない場合は、腱鞘内にステロイド薬を注射することで炎症を抑える治療を行います。それでも症状が続く場合や再発を繰り返す場合は、手術で腱鞘を広げる処置（腱鞘切開術）を検討することもあります。手術は通常、局所麻酔で短時間に終わり、日帰りで行えることが多いです。

予防のためにできること

予防には、指を使いすぎないように注意することが大切です。パソコン作業やスマートフォンの操作、手芸などで手を酷^く使しすぎないようにしましょう。また、指や手首のストレッチを日常的に取り入れるのも効果的です。違和感を感じたら、早めに整形外科を受診しましょう。



“未来”につなぐために “現在”でできること

25・6・5(木)
市立東小学校

愛知県地球温暖化防止活動推進センターによる「ストップ温暖化教室」が開催され、4年生の児童が実験などを通じて地球温暖化について学びました。

発電の実験では、協力しながら電球を灯し続け、発電の大変さを体験し、毎日使っている電気の大切さを実感しました。カードゲームやクイズを通して地球温暖化に向き合う姿は真剣そのもの。こども達の未来を守るために環境にやさしい行動を心がけましょう。



今の自分を知り もしもの時を考えよう

25・6・15(日)
市立西小学校

西小学校区コミュニティ推進協議会・自主防災会による「防災訓練」と「健幸塾」が合同開催されました。

避難所テントの設営や災害時のトイレ対応など災害時の備えと共に、握力・背筋力測定や野菜不足チェックなどで、今の自分自身を知ることができました。

避難所テントでは「中に入ると意外と広いね」の声が聞こえたり、ストローを使った肺活量チェックで友達と勝負したりと、真剣な眼差しと、笑顔があふれる学びの場となりました。



体験して学ぶ 福祉実践教室

25・6・20(金)
市立天王中学校

1年生の生徒が、障がいや福祉について学ぶ「福祉実践教室」に参加しました。生徒たちは来校された講師のもと、講義を受けた後、分科会に分かれ車いす、手話、点字、ガイドヘルプを体験しました。

それぞれの教室で疑似体験や聴講を行い、生徒たちは真摯に取り組み、学んでいました。車いす体験では、入浴や睡眠はどうしているのか、痛みは感じるか等様々な質問がされ、講師の回答に驚きや共感の声があがりました。



全身で感じる いのちの大切さ

25・6・30(月)
市立神守中学校

市保健センターの保健師が講師となり、1年生の生徒を対象に「いのちの教室」が開催されました。

妊婦ジャケットを着ての妊婦体験では、普段、あたりまえにやっている動きの難しさや、赤ちゃんを迎えるまでの大変さを感じました。また、赤ちゃん人形をおそろおそろ抱き上げて、その小ささや繊細さを体全体で感じました。





命をつなぐために 動ける自分になりたい

25・6・30(月)
市立南小学校

公益社団法人愛知県医師会、一般社団法人日本救急蘇生普及協会の方々を講師に迎え、6年生の児童が救急蘇生法について学びました。

心臓マッサージ、模擬AEDの使用、周囲への声掛けなど救助の一連の流れを体験し、目の前の命と懸命に向き合う姿が見られました。

こども達はへとへとになりながらも絶え間なく心臓を圧迫し続け、人命救助の大変さを身をもって体験しました。



小さな稚児たちの 大きな晴れ舞台

25・7・2(水)
市役所

7月26日(土)・27日(日)の尾張津島天王祭の開催を前に、祭りの主役を担う7人の稚児らが市長を表敬訪問しました。

一人ひとりの名前が呼ばれると、それぞれが元気いっぱいな声で「はい!」と返事をする姿からは、歴史ある大きな祭りの大役を担うにあたっての、強い意気込みを感じました。市長からは「皆さんが主役の祭りになります。頑張ってください」と激励の言葉がかけられました。



みんなで迎えた たなばたの特別な時間

25・7・4(金)
東地区子育て支援センター

ふれあい遊びの時間に「たなばたかい」を開催し、夏の装いとなった支援センターで、たくさんの親子を迎えました。

みんなで一緒に歌を歌ったり、夏の風物詩でもある金魚すくいに挑戦したり、この時期にしか出来ない遊びを思いっきり楽しんだこども達。夏の暑さにも負けない元気いっぱいな笑顔が支援センターに広がり、素敵な思い出が出来たこと間違いなしです。



元気な声は 天の川まで

25・7・5(土)
市立図書館

七夕を間近に控えた夏らしい暑さのこの日、「図書館のたなばた会」が開催されました。

会場には、お子さんと保護者が30人以上集まり、七夕伝説の紙芝居や絵本の読み聞かせなど、様々な催しを楽しみました。

また、今回は津島高校ボランティア部(インターアクトクラブ)の生徒たちによる読み聞かせも行われ、こどもたちはお話に耳を傾けていました。

発行

津島市総合政策部秘書広報課 〒496-8686 愛知県津島市立込町2-21

☎24-1111 (代表)

「市政のひろば」に掲載する広告を募集しています。詳細は問い合わせ先まで。

☎55-9584 (ダイヤル)

イベント等に関する最新の状況は、ホームページをご覧ください。各問い合わせ先へご確認ください。

「市政のひろば」にご自身の写真が載っている場合、お申し出いただければ差し上げます。

市政に関する情報はいつでも気軽にLINEから!

市LINE公式アカウント



友だち募集中!

アカウントの特徴

①子育て、イベントなど、あなたにとって**必要な情報のみ**お届けします!

※様々なジャンルから必要な情報を各自でお選びいただけます。

②市のことが丸わかり! アクセスしやすい**メニュー画面**から**情報を入手**できます!

市民の皆さんからの情報提供もLINEから

市の道路の損傷状況について、LINEで**情報提供が可能**です。情報提供いただいたものは、順次可能な限り、対応いたします。

友だち登録はこちらから♪



ID 862904920

問合 秘書広報課広報G ☎55-9584



尾張津島

秋まつり

第4回

津島の山車・お囃子演奏会

問合 津島山車保存会事務局 澤村
☎090-1720-9127

日時 8月24日(日) 午後1時～3時30分

場所 文化会館小ホール

内容 津島山車祭にまつわるミニ講演と
尾張津島秋まつりのお囃子演奏会

入場料 無料

主催 津島山車保存会、NPO法人まちづくり津島

尾張津島秋まつり 山車スタッフ募集

問合 津島山車保存会事務局 荻野
☎080-2623-2011

10月4日(土)・5日(日)に開催される
「尾張津島秋まつり」のスタッフを募集しています。

かじがた ひ
梶方(山車を曳くスタッフ) 20～40歳の方

お囃子 小学生(男女問わず)

その他

- はんてん 半纏や傷害保険等は用意します。
- 詳細は、8月31日(日)までに問い合わせ先へ。

