11
2026
NO.1593
市政のひろば

つしま

津島市×愛知大学

特集 施設の魅力を伝え隊！

～つしまクロスオープン記念～
PR動画制作プロジェクト≫ P2,3









今月のTopics！ ▶ 市民病院特集≫ P4,5

【今月号の表紙】
市と愛知大学の官学連携事業「～つしまクロスオープン記念～PR動画制作プロジェクト」で撮影した写真です。

ページID検索
各記事に記載のID（9桁の数字）を市ホームページトップページの 半角数字9桁を入力してください に入力すると該当記事の情報が表示されます。

素敵が見つかる！

\学生がつくる！/

施設の魅力を伝え隊！

もっと津島を好きになる！

～つしまクロスオープン記念～ PR動画制作プロジェクト



①キックオフ研修！

こんな魅力があったんだ

　津島市やつしまクロスについて学び、グループに分かれて意見交換や施設見学を行いました。
　普段聞けない話や見られない場所を見聞し、施設への理解を深めました。



②フィールドワーク！

どんな場面を撮影しよう

　各グループに分かれて、つしまクロスや市内を自由見学・散策しました。
　どのようなシーンを撮影するか、各グループが思い思いに企画しながら、撮影に臨みました。



⑤最終選考会！

市長賞をとったよ

　市長に活動報告を行うチームが決まる最終選考会では、緊張の面持ちで発表に臨み、活動の集大成を飾りました。
　どのチームも素敵な動画に仕上がりました。



チーム「ねこのひげ」

⑥市長報告会！

つしま～クロス！

　市長賞を受賞したチーム「ねこのひげ」が、市長へ活動報告を行いました。
　発表後の歓談では、活動の感想や津島市の魅力を広めていくためのアイデアなどが出されました。



～つしまクロスオープン記念～
PR動画制作プロジェクト

本プロジェクトは令和元年から始まった津島市と愛知大学との連携企画で、今年度で7回目となります。

今年度は、令和8年4月に新たに公共交流施設「つしまクロス」がオープンしたことを記念し、愛知大学の学生14人が施設での楽しみ方や過ごし方、津島市の魅力などを紹介する動画を制作しました。

学生が取材・撮影を通して感じた施設の魅力がたっぷり詰まった動画になっています。

つしまクロスとは

「てんのうぴあ」と「津島市観光交流センター」、両施設を繋ぐ「みなくるパーク」からなる施設で、来訪者の多様な交流と活動を生み出すことを目的としています。

問合　観光・プロモーション課観光・プロモーションG
☎55-9589



③進捗報告会！

これまで調べたこと、撮影したものをプレゼンテーション形式で発表しました。

緊張しながらも堂々と発表し、自分たちの動画の良さや課題を見つけることができました。



④職員との交流会！

様々な部署に所属する市の若手職員から職場の魅力や仕事の内容などを聞き、積極的に質問していました。



市長賞受賞チーム「ねこのひげ」に聞いてみた！

①活動の中で気づいた津島市の魅力
②今回のプロジェクトの感想

日下音華さん（現代中国学部・1年）
①古き良き町並みや自然に囲まれていて、とてものどかで落ち着く雰囲気があるところだと感じました。
②PR動画を作成するにあたって、街の魅力や動画の構成など初めてのことばかりでとても身になる時間を過ごすことができました。

武田彩良さん（現代中国学部・1年）
①津島市は職員さんと市民の方々の距離が近く温かい関係を築いているのだなと感じました。
②市民と行政間の関係が築かれているからこそこういった市の活動にも市民の皆さんが温かく受け入れ、協力してくださるのかなと思いました。この場をお借りして感謝申し上げます。

深井乙羽さん（現代中国学部・１年）
①たくさんの飲食店があり、食べ歩きで1日回っても足りないぐらいで驚きました。また訪れて、気になった場所すべて制覇したいです。
②たくさんある津島市の魅力の中から選別して動画内に収める事が大変でしたが、将来目指している業界で役に立つ経験ができました。

市民病院
特集

ACP（人生会議）　まず話を
自分の今後のこと。何を



市民病院　外科医師
神谷　里明

はじめに

近年、「ACP（アドバンス・ケア・プランニング）」という言葉を耳にする機会が増えました。ACPとは、将来の病気や心身の変化に備え、自分がどのような医療や介護を望むのかを、家族や医療・介護の専門職と繰り返し話し合い、意思を共有していく取り組みです。

厚生労働省は平成30年にACPを「人生会議」という愛称で普及しようとしましたが、言葉自体はまだ十分に浸透しているとは言えません。

なぜ必要なのか

人は、交通事故や脳卒中、心筋梗塞などで突然意思表示ができなくなることがあります。また、がんや心不全、認知症などでは、病状の進み方が異なり、最期を迎えるまでの経過もさまざまです。そのため、元気なうちから「どのような医療を受けたいか」「どこで過ごしたいか」「自分で判断できなくなったら誰に判断を託すか」などについて考え、家族と話し合っておくことが大切です。

何を誰と話し合うのか

話し合いでは、自分が大切にしてきた価値観や、これから大切にしたいことも共有しましょう。また、病状が悪化した場合に、人工呼吸器や心肺蘇生、点滴や胃ろうによる栄養補給など、どこまでの治療を望むのかについても考える必要があります。



なお、回復を目指す「救命措置」と、回復が難しい状況で生命を維持するための「延命措置」は異なり、判断には専門的な知識が必要な場合もあります。

そのため、ご家族などの大切な人に加えて、医師や看護師、薬剤師、リハビリスタッフ、ケアマネジャーなどと相談しながら進めることが望まれます。

具体的に何を話し合えばいいのか

これら以外にも、ご自身が大切にしている考え方や過ごし方などの価値観、財産などについても話し合い、共有しておきましょう。

- 口からの食事ができなくなった時の希望（点滴、胃ろう、経鼻胃管、何もしないなど）
- 自分で呼吸できなくなった時の希望（心肺蘇生、人工呼吸器、何もしないなど）
- 受けたいケア、受けたくないケア
- 自分が意思表示できないとき、代わりに医療や介護について判断してほしい人は？
- 最期をどこで過ごしたい？



始めてみませんか!
したいのか。何をしたくないのか。

問合 市民病院管理課管理G
☎28-5151

何かいい方法はあるの?



市販されているエンディングノートや厚生労働省の「ACP人生会議」に関するホームページなどを活用することで、ご自身の考えを記録保存する方法があります。

また、津島市では海部医療圏の7市町村が共同して運営している海部医療圏在宅医療・介護連携支援センター(通称:あまさぽ)が作成した「心をつなぐノート」を無料で配布しています。人生会議の進め方から、ご自身の大切にしていることや、もしものときのこと、葬儀や財産に関することまで、わかりやすく記録できるように作られています。

「心をつなぐノート」配布場所:津島市役所1階 高齢介護課

医療現場で起きているACP

医療現場では、ACPの大切さを実感する場面が少なくありません。ある患者さんは、末期がんとわかった後、「無理な延命は望まない」と家族に自分の思いを伝え、本人の意思を尊重した医療につなげることができました。

一方で、「治る」と信じて病状悪化について話し合わず、最期まで本人の本当の希望が分からなかったというケースもあります。

また、近年はスマートフォンに連絡先や財産管理など重要な情報が保存されているため、万一に備え、信頼できる家族に必要な情報を伝えておくことも新たな課題となっています。



津島市民病院での取り組み

津島市民病院では、入院時に患者さんやご家族の希望を確認し、記録として残す取り組みを進めています。また、訪問看護を開始する際にも、主治医とともに人生の最終段階をどのように過ごしたいかを確認し、家族と情報を共有するよう努めています。

ACPは、一度決めたら終わりではありません。

健康状態や生活環境、気持ちの変化に応じて何度でも話し合い、見直していくことが大切です。誰にでも人生の最終段階は訪れます。自分らしく生き、自分らしい最期を迎えるために、まずは身近な家族や大切な人と「人生会議」を始めてみてはいかがでしょうか。

第22回 津島てら・まち御縁結び×みなくるマルシェ

ID　322465996

令和9年3月1日に津島市制施行80周年を迎えることを記念したプレイベントとして、「津島のハレの日」をテーマに、寺社による絵付御朱印の授与やクイズラリーを行う「津島てら・まち御縁結び」と、今年2月にオープンしたみなくるパークで、津島を中心としたバラエティ豊かなお店が並ぶ「みなくるマルシェ」を同時開催します。

日時　11月14日㈯
午前10時～午後3時
場所　市内の寺社（計11寺社）およびみなくるパーク
内容　御朱印授与、クイズラリー、マルシェ
申込　不要
リーフレット配布箇所　市役所、津島駅、つしまクロス等

問合
津島てら・まち御縁結びに関すること
観光・プロモーション課観光・プロモーションG　☎55-9589
みなくるマルシェに関すること
観光交流センター　☎25-2701

ガイドボランティアのまち歩き「三味線三昧」

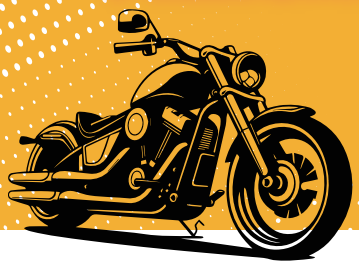
問合　津島ガイドボランティア　恒川　☎090-3256-0438

日時　11月14日㈯
午前9時30分～午後4時
場所　宝泉寺、浄蓮寺（集合は津島駅）
対象　歩ける方（未就学児は不可）
内容　津軽三味線・長唄三味線・三線の披露や県・市指定文化財の拝観、抹茶や昼食を堪能し、目と耳、舌で楽しむガイドボランティアと行くまち歩き
参加費　4,800円（割引き制度有）
定員　40人程度（先着）
申込　11月7日㈯までに問い合わせ先へ。





天王川公園　ビンテージバイクランin津島



問合　ビンテージバイクランin津島準備委員会　☎080-2652-7099
天王川公園指定管理者　☎080-3046-1631

1926年に天王川公園で第1回オートレースが開催されて今年で100年になります。
これを記念して、天王川公園でビンテージバイクのイベントを開催します。

日時　11月29日㈰
午前8時50分～午後3時（雨天中止）
場所　天王川公園ステージ・丸池周辺
観覧費　無料
内容　ビンテージバイクの展示、物販、パレード
その他　当日は公園駐車場が有料になります。詳しくは天王川公園公式ホームページをご覧ください。

第19回愛知県市町村対抗駅伝競走大会の市代表チームを紹介します!

問合　株式会社MI LINK　西村太志
☎090-9191-5432

12月5日㈯に開催されるこの大会に出場する津島市代表チームを結成しました。

津島市代表チーム紹介

(敬称略)
(区別順･五十音順)

監督･コーチ


監督　神野大地


コーチ　遠山早織

第1区　中学生女子　2.8km


加藤咲樹（津島中学校2年）


寺本一椛（神守中学校1年）

第2区　ジュニア男子　4.8km


服部晄己（名城大学付属高等学校1年）


山下実臣（津島東高等学校2年）

第3区　小学生男子　1.3km


伊藤耀文（南小学校6年）


服部涼己（西小学校6年）

第4区　中学生男子　2.8km


山下蒼仁（天王中学校3年）


渡邉透和（天王中学校2年）

第5区　小学生女子　1.1km


竹内柚乃（北小学校5年）


東田結愛（神守小学校5年）

第6区　一般女子　3.6km


坂井志伎（中部大学1年）


椙村美彩

第7区　ジュニア女子　4.4km


江島楓葉（名古屋大学教育学部付属高等学校3年）


渡邉希依（津島高等学校2年）

第8区　40歳以上　4.4km


尾頭哲英


山田徳一

第9区　一般男子　5.0km


垣見優太


國居寛大



放課後児童クラブ入所説明会

ID　332035864　**問合**　子育て支援課子育て支援G　☎24-1121

保護者が就労等により昼間家庭にいない児童を対象に、授業の終了後等に遊びや生活の場を提供し、その健全な育成を図ることを目的として、放課後児童クラブを各小学校区に設置しています。

令和9年度の入所説明会を行いますので、入所を希望する方は、希望するクラブまでお越しください。

日時・場所　下表のとおり

クラブ名	対象校区	所在地	日時	場所	電話番号
なかよしクラブ にこにこクラブ	東	立込町1丁目19番地1	11月14日㈯ 午後2時	東こどもの家 (東小学校敷地内)	24-9437
どろんこクラブ	西	大和町1丁目11番地1	11月14日㈯ 午前10時	西こどもの家 (西小学校敷地内)	24-7460
あおぞらクラブ	南	常盤町4丁目27番地	11月14日㈯ 午前10時	南こどもの家 (南小学校敷地内)	24-0316
ひまわりクラブ	北	松原町37番地1	11月14日㈯ 午前10時	北こどもの家 (北小学校敷地内)	23-3147
つくしクラブ	神守	神守町字森本53番地	11月7日㈯ 午前10時	神守小学校体育館	28-6541
わんぱくクラブ	蛭間	蛭間町字高瀬809番地	11月14日㈯ 午前10時30分	蛭間こどもの家	23-2267
そよかぜクラブ	高台寺	神尾町字江西61番地	11月14日㈯ 午後1時30分	高台寺こどもの家 (高台寺小学校敷地内)	32-1409
たんぽぽクラブ	神島田	中一色町東郷37番地	11月7日㈯ 午後2時	神島田こどもの家	31-1744

※当日都合が悪い方は、各クラブまでご連絡ください。



津島警察署からのお知らせ　第80回

津島警察署　☎24-0110

還付金詐欺の被害が急増!!

還付金詐欺

犯人が役所等を騙り、電話で「還付の手続きがされていない」「今ならATMで手続きできる」などと言って、あたかもお金を返すようなふりをしてATMに誘導し、携帯電話越しにATMを操作させ、被害者のお金を犯人に振り込ませる手口です。

被害の約9割が「固定電話」がきっかけに!

犯人と会話をしないための「固定電話機」対策が大切です

①番号表示機能の利用促進
②警告録音機能が付いた被害防止
　機能付電話機の使用
③留守番電話機能の活用
④国際電話の発着信の利用休止
　申込(無償)



夕方の5～7(ごーなな)は"魔の時間"

歩行者の交通死亡事故は、午後5時から午後7時の間に多発しています。

ドライバーの皆さん、夕暮れ時の早めのライト点灯とハイビームの活用をお願いします。ライトの点灯時刻の目安は日没時刻のおおむね1時間前です。11月は午後4時が点灯時刻の目安となります。対向車や自分の前に車がいないとき等はハイビームを活用しましょう。歩行者・自転車等の皆さん、明るい服装と反射材の活用をしましょう。自転車はライト点灯とヘルメットを着用しましょう。



歩行者を守る思いやり運転で、奪うな命!!



防災教室

ID　571962612
問合　危機管理課危機防災G　☎55-9594

毎月、親子で楽しめる防災教室を開催します。各回参加者へ防災に役立つグッズをお渡しします。
参加費　無料　　**申込**　電話または右記二次元コードから。

日付	時間	テーマ	内容	対象	場所	定員
12月20日㈯	午前10時～11時	救出救護を体験しよう！	柱の下敷きになった人を救出する訓練を行います。	市内在住・在勤の方	生涯学習センター小ホール	各50人
令和９年1月17日㈯		災害時のサバイバルについて考えよう!	災害時を想定し、身近なもので色々なことに対応する方法について考えます。		生涯学習センター第６会議室	
令和９年2月21日㈯		非常食をおいしく食べる方法を考えよう！	アルファ米の調理方法を工夫して、食べ比べを行い、非常時の食事について考えます。			

海部地方　防災ボランティアコーディネーター養成講座

ID　395290196　**問合**　危機管理課危機防災G　☎55-9594
津島市社会福祉協議会　☎25-8411

大規模な災害が発生した場合に全国から集結するボランティアの受け入れや被災者のニーズを把握してボランティアと結びつける役割を担う「防災ボランティアコーディネーター」を目指す方々に向けた養成講座を開催します。

日時(全２日間)　令和９年１月24日㈯・31日㈯
午前９時30分～午後４時
場所　飛島村中央公民館
内容　災害ボランティアセンター設置・運営、ボランティアコーディネーターの役割、被災者やボランティアへの対応、災害ボランティアセンター運用体験など
受講料　無料
申込　12月１日㈪までに電話、または直接問い合わせ先へ。

定員　40人程度(抽選)
対象者(次のすべてに該当する方)
・満15歳以上の方(18歳未満の方は、保護者の同意が必要です)
・津島市、愛西市、弥富市、あま市、大治町、蟹江町、飛島村のいずれかに在住・在勤・在学の方
・講座受講後も防災活動に意欲的に取り組んでいただける方

普通救命講習Ⅰ

ID　867778597　**問合**　消防本部救急G
☎23-0119　内線110　FAX28-3341

日時　12月13日㈯　午前９時～正午
場所　消防本部３階大会議室
内容　心肺蘇生法、止血法、AEDの使用方法
対象　市内在住・在勤・在学の中学生以上の方
定員　15人(先着)
申込　11月８日㈯～21日㈮に市ホームページより申請。
FAXからの申請も可。

『つしま家事サポーター』養成講座を開催します!!

ID　148299788
問合　市社会福祉協議会　生活支援コーディネーター
①☎23-5295　②☎080-4730-6854

『つしま家事サポーター』とは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように、生活をサポートする有償ボランティアです。

対象
・満18歳以上の方
・活動先(市内高齢者宅)へ通える方
活動内容
・ごみ出し、買い物、掃除、洗濯など
活動手当
・生活支援１時間　600円　・ごみ出し１回(10分程度)　100円
養成講座の日時・場所
11月18日・25日(いずれも水曜日)　午前10時～正午
神守支所２階会議室
申込期限　11月17日㈫

11月30日（いいみらい）は年金の日

問合　保険年金課医療・年金G
☎24-1114

厚生労働省では、「国民お一人お一人、「ねんきんネット」等を活用しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、11月30日（いいみらい）を「年金の日」としています。

また、日本年金機構は、毎年11月を「ねんきん月間」と位置づけ、公的年金制度に対する理解を深めていただくため、日本年金機構公式X（旧Twitter）およびFacebookでの発信や公的年金制度の説明動画の案内などを行っています。

国民年金の特徴

国と日本年金機構が運営……個人年金にはない、国の負担があります。
物価・賃金スライド制……物価や賃金の変動に合わせて年金額は実質的価値が保障されます。
老齢基礎年金は終身保証……生涯にわたって年金が受給できます。
全額社会保険料控除の対象……確定申告の際、全額社会保険料控除の対象になります。
障害基礎年金・遺族基礎年金……けがや死亡など、万が一のときにもあなたや家族を守ります。

国民年金の種類は3種類

日本国内にお住まいの20歳以上60歳未満のすべての方は、公的年金に加入することが法律で義務付けられています。加入者は、職業などにより次の3種類に分かれ、それぞれ加入手続きや保険料の納付方法が異なります。転職や結婚等で種別が変わる場合は、2週間以内に手続きしてください。

第1号被保険者

自営業、学生、無職の方（第2号被保険者・第3号被保険者に該当しない方）

第2号被保険者

厚生年金・共済組合に加入している方

第3号被保険者

会社員や公務員の方（第2号被保険者）に扶養されている配偶者

国民年金の保険料の納め方

第1号被保険者

・日本年金機構（年金事務所）から送付される「領収（納付受託）済通知書」で金融機関またはコンビニエンスストア等で納めてください。また、スマートフォンアプリでも納付できます。
・保険料は、月額1万7,920円（令和8年度）です。
・口座振替の申し込みは、ご利用の金融機関で手続きしてください。
・まとめて前払いすると、割引が適用される前納制度があります。

第2号被保険者

勤務先で給料から天引きされます。

第3号被保険者

配偶者が加入している年金制度から拠出金として支払われます。

保険料の各種免除制度について

第1号被保険者で所得の減少や失業等により経済的に保険料の納付が困難な場合、本人が申請すると、前年の所得を審査のうえ、保険料が免除・納付猶予されます。学生には学生納付特例制度があります。

また、出産を予定している方や出産した方には産前産後期間の免除制度、子を育てている方には育児免除制度が、所得に関係なく適用されます。

詳しい内容は表のとおりです。

<table>
<tr><th>種別</th><th>納付額（円）</th><th>受給資格期間</th><th>年金額への反映</th><th>追納期間</th><th>所得審査対象者</th></tr>
<tr><td>全額免除</td><td>0</td><td rowspan="6">算入される</td><td rowspan="4">される</td><td rowspan="6">10年</td><td rowspan="4">本人
配偶者
世帯主</td></tr>
<tr><td>4分の3免除</td><td>4,480</td></tr>
<tr><td>半額免除</td><td>8,960</td></tr>
<tr><td>4分の1免除</td><td>13,440</td></tr>
<tr><td>納付猶予制度</td><td>0</td><td rowspan="2">されない</td><td>本人
配偶者</td></tr>
<tr><td>学生納付特例</td><td>0</td><td>本人</td></tr>
</table>

※4分の3・半額・4分の1免除に該当した場合、納付部分を納めないと未納期間となります。
※国民年金の保険料は、通常、2年1カ月を経過すると納付することができなくなりますが、免除が承認された期間に関しては、10年間はさかのぼって追納できます。
ただし、令和9年3月31日までに追納する場合、令和6年3月以前の期間は、法令で定められた加算額が付加されます。
※納付猶予制度・学生納付特例制度は、納付を猶予する制度であるため、年金受給額を満額に近づけるには、10年以内に追納してください。

ねんきんネットについて

インターネットでご自身の年金加入記録や将来の年金受給見込額を閲覧できます。日本年金機構のホームページから申し込みください。

マイナポータルから国民年金手続の電子申請ができます

国民年金第1号被保険者の資格取得・種別変更、保険料免除・納付猶予申請、学生納付特例申請、産前産後・育児保険料免除申請については、マイナポータルを利用した電子申請ができます。申請には、マイナンバーカードが必要です。また、マイナポータルとねんきんネットを連携することもできます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

年金事務所での相談や手続きについて

年金事務所での年金相談や手続きをご希望の場合は、予約相談をご利用ください。相談者の都合に合わせて相談できるほか、相談内容にあった職員が対応します。

予約受付専用電話　☎0570-05-4890
(月～金曜日　午前8時30分～午後5時15分)
※予約の際は、基礎年金番号がわかるものを準備してください。

清掃事務所からのお知らせ

問合　清掃事務所　☎26-4228

中身が入ったスプレー缶・カセットボンベの排出について

スプレー缶・カセットボンベの収集については、使い切り穴を開けて出すようお願いします。穴を開けていないスプレー缶・カセットボンベを排出すると、収集車の火災が発生するなど非常に危険です。

各ご家庭にある中身が残ったスプレー缶・カセットボンベは6月、11月の有害ごみ収集時に、専用のカゴ(赤色)を用意します。

また、市役所、神守支所、神島田連絡所、保健センターにも随時持ち込めるように専用のカゴを配置しています。



使用済小型家電の回収にご協力ください

使用済小型家電には、レアメタルなどの貴重な資源が含まれています。

ごみの減量化・資源化を図るため、使用済小型家電の回収ボックスを設置しています。

また、発火の危険性が高いリチウムイオン電池使用製品(モバイルバッテリーなど)についても、回収ボックスなどに出していただくことで火災事故の発生を防ぐことができます。

回収品目　携帯電話、デジタルカメラ、ゲーム機、電子タバコ、各種機器のリモコンやACアダプターなど

設置場所　市役所、神守支所、神島田連絡所

注意事項

・回収機器は、回収ボックスの投入口に入る大きさのもの(30㎝×30㎝未満)が対象です。
・携帯電話、デジタルカメラなどに記録された個人情報は、自己責任で消去のうえ、回収ボックスに投入してください。



家電製品などの無料回収業者に注意

家電製品などを無料で回収する行為は、市の許可を受けない違法行為です。これを利用すると、回収物の不法投棄につながるほか、高額な処理費を請求される恐れがあります。

違法無料回収業者のチラシや、巡回トラックでの回収を見つけた場合は、問い合わせ先へご連絡ください。

注意事項

テレビ、冷蔵庫、洗濯機、エアコン等の家電製品は、普段家電製品をお買い求めの家電量販店で有料の引き取りとなります(リサイクル料金および収集・運搬料金)。それ以外は、市の収集ルールに基づき排出してください。

税に関するお知らせ

問合　税務課市民税G　☎55-9263

パート収入・アルバイト収入と税（夫婦・親子と税）

年末調整や確定申告で、配偶者控除や扶養控除の対象となる方にパート収入やアルバイト収入があると、その額によって次のような注意が必要です。

①配偶者控除または配偶者特別控除を受けられるかどうか
②扶養控除や特定親族特別控除を受けられるかどうか
③控除の対象となる方自身に税金がかかるかどうか

パート・アルバイト収入は通常、給与所得になるので、その場合は表のようになります。ただし、合計所得が1,000万円を超える納税者については配偶者控除および配偶者特別控除を受けることができません。

※表の内容は、所得税は令和8年分から、市・県民税は令和8年中の収入を基に計算する令和9年度分から適用されます。

パート・アルバイト収入と税金および各種控除（控除を受ける方の所得が900万円以下の場合）

<table>
<tr><th rowspan="2">収入金額</th><th colspan="2">市・県民税</th><th rowspan="2">所得税</th><th rowspan="2">配偶者控除</th><th rowspan="2">配偶者特別控除</th><th rowspan="2">扶養控除</th><th rowspan="2">特定親族特別控除※4</th></tr>
<tr><th>均等割</th><th>所得割</th></tr>
<tr><td>112万円以下</td><td>かからない</td><td rowspan="2">かからない</td><td rowspan="10">かからない</td><td rowspan="2">38万円
(33万円)</td><td rowspan="2">受けられない</td><td rowspan="2">受けられる
(下記参考参照)</td><td rowspan="2">受けられない</td></tr>
<tr><td>119万円以下</td><td rowspan="19">かかる</td></tr>
<tr><td>136万円以下</td><td rowspan="19">かかる</td><td rowspan="19">受けられない</td><td rowspan="19">受けられない</td></tr>
<tr><td>136万円超
159万円以下</td><td rowspan="3">38万円
(33万円)</td><td>63万円
(45万円)</td></tr>
<tr><td>159万円超
164万円以下</td><td>61万円
(45万円)</td></tr>
<tr><td>164万円超
169万円以下</td><td>51万円
(45万円)</td></tr>
<tr><td>169万円超
174万円以下</td><td>36万円
(33万円)</td><td>41万円</td></tr>
<tr><td>174万円超
178万円以下</td><td rowspan="2">31万円</td><td rowspan="2">31万円</td></tr>
<tr><td>178万円超
179万円以下</td><td rowspan="10">かかる</td></tr>
<tr><td>179万円超
184万円以下</td><td>26万円</td><td>21万円</td></tr>
<tr><td>184万円超
189万円以下</td><td>21万円</td><td>11万円</td></tr>
<tr><td>189万円超
194万円以下</td><td>16万円</td><td>6万円</td></tr>
<tr><td>194万円超
197万円以下</td><td rowspan="2">11万円</td><td>3万円</td></tr>
<tr><td>197万円超
199万円以下</td><td rowspan="5">受けられない</td></tr>
<tr><td>199万円超
204万円以下</td><td>6万円</td></tr>
<tr><td>204万円超
207万円以下</td><td>3万円</td></tr>
<tr><td>207万円超</td><td>受けられない</td></tr>
</table>

※1　市・県民税および所得税の「かかる」については、各種控除等の有無により、かからない場合もあります。
※2　配偶者控除、配偶者特別控除および特定親族特別控除の（　）内の金額は、市・県民税の控除額です。
※3　控除を受ける方の所得が①「900万円超950万円以下の方」および②「950万円超1000万円以下の方」は控除額が段階的に減額され、配偶者控除および配偶者特別控除の控除額が上記と異なります。
※4　生計を一にする年齢19歳以上23歳未満の親族等（配偶者および青色事業専従者等を除く）がいる場合、その親族等の収入に応じて上記の特別控除が受けられます。

参考

扶養控除については、扶養親族の年齢により控除額が異なります。

<table>
<tr><th rowspan="2">扶養親族</th><th colspan="2">区分</th><th colspan="2">控除額</th></tr>
<tr><th>年齢</th><th>生年月日</th><th>所得税</th><th>市・県民税</th></tr>
<tr><td>年少扶養</td><td>0歳～15歳</td><td>平成23年1月2日以後</td><td>なし</td><td>なし</td></tr>
<tr><td rowspan="2">一般扶養</td><td>16歳～18歳</td><td>平成20年1月2日以後平成23年1月1日以前</td><td rowspan="2">38万円</td><td rowspan="2">33万円</td></tr>
<tr><td>23歳～69歳</td><td>昭和32年1月2日以後平成16年1月1日以前</td></tr>
<tr><td>特定扶養</td><td>19歳～22歳</td><td>平成16年1月2日以後平成20年1月1日以前</td><td>63万円</td><td>45万円</td></tr>
<tr><td>老人扶養</td><td>70歳～</td><td>昭和32年1月1日以前</td><td>48万円</td><td>38万円</td></tr>
</table>

※老人扶養親族のうち、扶養者またはその配偶者の直系尊属（父母・祖父母等）で、同居の常況にある親族の場合は、加算額（所得税:10万円、市・県民税:7万円）があります。

個人事業税第2期分の納期限は11月30日㈪です

個人事業税は、個人で事業を営む方にかかる税金です。

第2期分の納付書は、8月にお送りした納税通知書に同封されています。詳しくは、愛知県ホームページをご覧ください。

▲愛知県ホームページ

問合 西尾張県税事務所
☎0586-45-3279

税を考える週間

11月11日㈬～17日㈫

期間中、国税庁ホームページで様々な情報を提供しています。

▲国税庁ホームページ

問合 津島税務署
☎26-2161



年末調整について

毎月の給料やボーナスから所得税が源泉徴収され、12月に年末調整で所得税の過不足が精算されることになっています。年末調整の対象となる方は、勤務先に「給与所得者の扶養控除等（異動）申告書」を提出している方です。

年末調整によってその年の所得税額が確定するため、確定申告の必要はありませんが、次の場合などは確定申告が必要です。

- 給与等の収入が2,000万円を超える場合
- 令和8年1月1日～12月31日の間に支払った医療費があり、医療費控除が必要な場合
- 給与所得および退職所得以外に20万円を超える所得がある場合
- 2カ所以上の事業所などから給与・賃金を受けている場合（所得の要件等により確定申告をする必要がない場合もあります）

問合 所得税 津島税務署 ☎26-2161
市・県民税 税務課市民税G ☎55-9263

名古屋法務局津島支局からのお知らせ

不動産を相続したら必ず相続登記!

◆土地・建物を相続で取得したことを知った日から**3年以内に、相続登記をすることが法律上の義務**になりました。

◆令和6年4月より前に相続した場合も、相続登記がされていないものは、**令和9年3月31日までに手続が必要**です。

◆相続登記について、まずは専門家に相談してみませんか?

名古屋法務局・愛知県司法書士会
無料登記相談所（予約制）▶

あなたが書いた遺言書、法務局がお預かりします

◆法務局に遺言書を預けると

- 改ざんや紛失などの心配がありません。
- 法務局職員が、民法で定められた書き方（形式的要件）を確認します。
- 申請時に**3,900円**を納めるだけで保管できます。
- 裁判所の**検認手続が不要**です。
- 遺言者ご自身が亡くなったとき、法務局に遺言書を預けてあることを、**希望した方に通知**できます。

◆法務局の「自筆証書遺言書保管制度」をぜひご利用ください!

相続・遺言に関する手続について詳しくは名古屋法務局ホームページをご覧ください▶

11月市民相談

※相談員の都合により相談を休むことがありますので、当日、電話でご確認ください。翌月7日分まで掲載。
※予約制の相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日時に相談できない場合があります。

相談名	日時	場所	問合
行政相談	6日、12月4日 午前10時～正午	市役所1階相談室	秘書広報課秘書G　☎24-1123
弁護士相談(要予約)	17日、12月1日 午後1時～3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	社会福祉協議会　☎25-8411
司法書士相談(要予約)	24日 午後1時～3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	社会福祉協議会　☎25-8411
成年後見制度に関する 専門職相談(要予約)	12日 午前10時～正午	市役所1階相談室	福祉課福祉G　☎24-1115
心配ごと相談	11日 午前10時～正午	南文化センター 市役所1階相談室	人権推進課人権同和・男女参画G ☎55-9364
みんなの人権110番	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後5時15分	法務局・地方法務局および その支局の窓口	☎0570-003-110
高齢者の健康相談	10、17日、12月1日 午後1時～3時	老人福祉センター	☎28-7561
高齢者の健康相談	4、11、18、25日 午後1時～3時	神島田祖父母の家	☎32-2151
認知症相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～午後4時	― (電話相談)	公益財団法人認知症の人と家族の会 愛知県支部 ☎0562-31-1911
こども家庭相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後5時15分	総合保健福祉センター 2階こども家庭センター	☎24-0350
年金相談(要予約)	平日　午前8時30分～午後5時15分 週初の開所日　午後7時まで 第2土曜日　午前9時30分～午後4時	年金事務所	予約受付専用電話 予約日時は平日の時間帯のみ ☎0570-05-4890 ☎03-6631-7521
年金相談(要予約)	26日　午前10時～午後4時 予約開始は11月2日午前9時から	市役所1階相談室	保険年金課医療・年金G ☎24-1114
法律相談(要予約)	10日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務デジタル課庶務G ☎55-9606
消費生活相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後4時30分	海部総合庁舎1階	海部地域消費生活センター ☎23-0150
創業・経営 個別無料相談会 (要予約)	12、18、26日、12月4日 午前9時～午後5時	津島商工会議所相談室	津島商工会議所　☎28-2800
労働者特別相談・ 勤労者金融相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前9時30分～午後4時30分	― (電話相談)	勤労者安心ネットワークセンター ☎0120-81-1505
ファミリー・サポート・センター 移動事務所	19日 午前10時30分～正午	西地区 子育て支援センター	ファミリー・サポート・センター ☎55-7708
手話通訳者設置日	4、5、11、12、18、19、25、26日 12月2、3日 午前9時～正午、午後1時～4時	市役所福祉課	福祉課福祉G FAX24-1138　☎24-1115

津島データファイル

人口と世帯(外国人を含む)

総　数……58,676人(+72)
男　……28,969人(-14)
女　……29,707人(+86)
世帯数……27,897世帯(+99)
10月1日現在、(　)は前月比

市内の交通事故・犯罪〔8月〕

事故発生件数……24件(119件)
うち死亡者……　0人(　1人)
犯罪発生件数…36件(300件)
(　)は令和8年中の累計

市内の火災

8月……2件(12件)
(　)は令和8年中の累計

救急車の出動回数

8月……357件(2,434件)
(　)は令和8年中の累計

今月の市税や料金など　納期限　令和8年11月30日㈪

国民健康保険税・・・第5期
市営・改良住宅家賃、保育所等利用者負担金…11月分
介護保険料…第8期　後期高齢者医療保険料…第5期

市税の今後の納期

	12月	1月	2月
市民税・県民税・森林環境税	―	第4期	―
固定資産税・都市計画税	第3期	―	第4期
国民健康保険税	第6期	第7期	第8期

税や料金の納付には便利な口座振替をご利用ください

水道料金をはじめ、市に対するお支払いの多くにご利用いただけます。
取扱金融機関の窓口にてお申し込みください。

取扱金融機関

いちい信用金庫、三菱UFJ銀行、大垣共立銀行、十六銀行、三十三銀行、あいち銀行、名古屋銀行、東海労働金庫、あいち海部農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)

行　政
&
暮らしの情報

電　話　ファックス　ホームページ　Eメール

（各担当課のGはグループの略です）
ID番号は市ホームページの
ページID検索にご利用いただけます。
11月の窓口延長日
日付　4、11、18、25日
（市民課・保険年金課・税務課・収納課）

市外局番は（0567）です

お知らせ

運転免許証を自主返納した方へ

運転免許証を自主返納した方に対し、10回分の「津島市ふれあいバス無料乗車券」を交付します。

対象　市内在住の70歳以上の方で「運転経歴証明書」または「申請による運転免許の取消通知書」の発行から1年以内の方

申込　「運転経歴証明書」または「申請による運転免許の取消通知書」を下記へ提示してください。

有効期限　令和9年3月31日㈬

その他　交付は1人1回とし、利用は本人に限ります。

問合　市民協働課市民協働G
☎55-9298

放置自転車クリーンキャンペーン

11月1日㈯～30日㈰

困ります！
自転車置きざり　知らんぷり

自転車の路上放置は、歩行者の通行を妨げ、交通事故の要因になるほか、救急車や消防車等の緊急車両の活動の障害にもなります。

目的地から少し離れていても自転車駐輪場を利用し、一人ひとりの心がけで良好な都市環境の確保を図りましょう。

自転車利用のルール
・自転車は防犯登録をしましょう。
・交通ルールを守り、安全運転をしましょう。

問合　市民協働課市民協働G
☎55-9298

防犯活動事業補助金制度

ID　943612961

地域ぐるみの安全なまちづくりを推進するため、町内会等が実施する防犯パトロール等の防犯活動について補助をします。

補助の対象
市内の町内会および自治会

補助金額
対象経費の上限1万円

補助対象経費（一部抜粋）
防犯パトロール用品等の購入費
パトロール用ベスト、帽子、お茶、誘導灯、拍子木、反射材など
防犯推進啓発等の購入費
のぼり旗、啓発品など

補助対象外事業
・同一の補助対象経費に対する他の補助金を受けているもの
・補助金交付決定前に事業が完了したもの

提出書類
・市費補助金等交付申請書
・事業計画書
・収支予算書
※申請書等は市ホームページからもダウンロードできます。

問合　市民協働課市民協働G
☎55-9298

地方版図柄入りナンバープレート図柄アンケート

ID　644019715

名古屋ナンバー地域での「地方版図柄入りナンバープレート」の導入に向けて、図柄選定のためのアンケートを実施します。

図柄の詳細については市ホームページをご確認ください。

実施期間　11月2日㈰～12月1日㈫

対象
①名古屋ナンバー地域の市町村に在住の方
②①以外の名古屋ナンバー取得可能な方

投票方法　郵送または下記二次元コードから。

問合　名古屋市観光推進課
☎052-972-2425

訪問美容ご存じですか？

ご高齢の方、障がいをもったお子さま、ケガ・ご病気・妊娠中・育児・介護などで長時間の外出が難しい方のために美容師がご自宅までお伺いいたします。


ベッドに寝たまま、車椅子に座ったままでも施術OK。癒しの時間をご提供します。


日程や施術内容の変更など、その日のご体調に合わせて柔軟に対応いたします。


リビングや寝室でも洗髪できる「移動式シャンプー台」を完備しています。

美容師紹介

野村 みなみ
●美容師歴19年
●福祉理美容師資格
●認知症サポーター資格
ご自宅でもサロンのような仕上がり、雰囲気にこだわり、“その人らしさ”を大切に、施術させていただいております。



◉カット ¥5,500～ ◉カラー ¥8,800～ ◉カット+カラー ¥14,000～ ◉カット+パーマ ¥15,000～

ご新規様特典
◎出張交通費0円
※2回目以降は30分圏内で440円/10分毎
◎施術代1,000円OFF
またはトリートメント無料

電話予約
080-2926-2728
WEB予約
Hot PepperBeauty ▶

Sugar Home 訪問美容
訪問美容 シュガーホーム
愛知県あま市森8丁目13-11

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主にお問い合わせください。

特別整理期間

蔵書整理作業などを実施するため、図書館（生涯学習センター、神島田公民館の分室を含む）を次のとおり休館します。

特別整理期間　11月9日㈰～20日㈭

問合　市立図書館　☎25-2145

農業振興地域内の農用地区域除外等の申出の受付停止について

ID　513993739

市では、令和9年度に農業振興地域整備計画の見直しを行うため、一時的に農用地区域からの除外申出や用途変更申出ができなくなります。現在、農用地区域内で転用の計画がある方は、令和9年2月26日㈭までに事前相談および都市計画法や農地法など他法令との調整を行い、農用地区域除外等の申出をしてください。

今後の農用地利用計画変更申出の受付予定

	申出受付期間	受付
令和9年4月案件	令和9年2月26日まで	可
令和9年7月案件	令和9年5月31日まで	不可
令和9年10月案件	令和9年8月31日まで	不可
令和10年1月案件	令和9年11月30日まで	可

問合　都市整備課農政G　☎55-9653

日光川下流流域関連津島市公共下水道事業計画（案）の縦覧

縦覧期間　11月16日㈪～30日㈪

縦覧場所　工務課

その他　事業計画案にご意見のある方は、意見書を提出することができます。縦覧期間満了日までに書面で下記へ。

問合　工務課工務G　☎55-9748

11月は「子ども・若者育成支援県民運動強調月間」です

青少年の健全な育成には、社会全体の責務として「青少年は地域社会からはぐくむ」という意識をすべての市民が持つことが重要です。

この機会に、こども・若者を取り巻く環境を大人自身も振り返り、こども・若者が社会の一員として自立し、活躍していくことができるよう、支援の輪を拡げていきましょう。

主催　県、県青少年育成県民会議、市青少年問題協議会

問合　市青少年問題協議会（社会教育課生涯学習・文化振興G内）　☎55-9421

労働保険の加入

事業主（法人・個人）の方は、正社員、パートアルバイトといった雇用形態に関わらず、1人でも労働者を雇い入れた時は、労働保険に必ず加入しなければいけません。従業員のために、会社のために、労働保険に加入することは事業主の責任です。

問合　津島労働基準監督署　☎26-4155
愛知労働局　☎052-219-5503

名古屋都市計画道路天王通線の変更に関する都市計画案の縦覧

ID　981207090

変更する都市計画道路の名称
天王通線（県・市決定）
橋詰又吉線（市決定）
昭和南本町線（県決定）

縦覧期間　11月6日㈭～20日㈭（土・日曜日、祝日を除く）

縦覧場所　市まちづくり事業課、県都市計画課（愛知県本庁舎5階）

※県および市のホームページからも縦覧できます。

※県では県決定のみ縦覧できます。

その他　住民および利害関係人は、縦覧期間中に県決定は愛知県へ、市決定は市へ意見書を提出することができます。

問合

市決定に関すること
まちづくり事業課津島駅周辺まちづくりG　☎55-9357

県決定に関すること
県都市計画課　☎052-954-6515

▲愛知県ホームページ



財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主にお問い合わせください。

裁判員候補者名簿記載通知

令和9年の裁判員候補者名簿に登録された方には、11月中旬に名簿に登録されたことの通知（名簿記載通知）をお送りします。

この通知は、令和9年2月ごろ～令和10年2月ごろの間に裁判所にお越しいただき、裁判員に選ばれる可能性があることを事前にお伝えし、心づもりをしていただくためのものです。

なお、この段階では、まだ具体的な事件の裁判員候補者に選ばれたわけではありませんので、すぐに裁判所にお越しいただく必要はありません。

問合　名古屋地方裁判所裁判員係
☎052-203-8916

募集

令和9年度学校給食用物資納入業者

ID　413696661

募集期間　12月1日㈫～21日㈪

申請　所定の申請書に必要事項を記入のうえ下記へ。

添付書類

・保健所営業許可証の写し
・食品衛生監視票の写し
・納税証明書（市税など）
・登記事項証明書（法人のみ）
・事業所までの略図

納入指定期間
令和9年4月1日㈬～令和10年3月31日㈮

その他　現在、納入業者として指定されている方も申請が必要です。

問合　暁学校給食共同調理場
☎26-2800

催し

令和9年はたちの集い

ID　667747263

20歳を迎えられた方々の前途を祝福し、「はたちの集い」を行います。

日時　令和9年1月10日㈯
午前11時～正午
（午前10時15分受付開始）

場所　文化会館大ホール

対象　平成18年4月2日～19年4月1日生まれの方

その他

・該当する方には、12月上旬（予定）に案内状を送付します。
・他市町村の記念行事へ参加を希望する方は、該当の市町村役場等へ問い合わせください。

問合　社会教育課生涯学習・文化振興G　☎55-9421



あいちウィーク特別イベント

プラネタリウム無料開放

日時　11月22日㈯
①午前10時30分（1時間程度）
②午後2時30分（1時間程度）

場所　児童科学館

定員　各96人（先着）

参加費　無料

申込　11月22日㈯午前9時より受付前にて無料チケットを配布します（なくなり次第終了）。

工作教室

日時　11月22日㈯
午前10時～午後0時30分

内容　第2回ミニ四駆工作教室
～ミニ四駆を作って走らせよう～

場所　児童科学館

対象　小学4年生～6年生（保護者同伴）

※コース開放は制限なし

定員　12人（先着）

参加費　1,200円（キット代金含む）

その他　11月21日㈯～23日㈷ミニ四駆コース無料開放

※時間制限有

申込　11月7日㈯～21日㈯の午前9時～午後5時（月曜日は除く）に電話または直接下記へ。

問合　児童科学館　☎24-8743

自衛官等募集

職務内容、年間休日等に関する質問・申し込みは右記二次元コードから、または直接下記へ。

申込・問合　自衛隊愛知地方協力本部一宮地域事務所　☎0586-73-7522

募集項目	応募資格	受付期限
2等陸・海・空士	平成6年4月2日～平成21年4月1日の間に生まれた18歳以上33歳未満の男女	なし
一般曹候補生		11月20日㈮

在宅医療・介護連携推進事業 地域住民普及啓発講演会

地域で繋ぐACP
～アドバンス・ケア・プランニング～

日時　11月28日(土)
午後2時～3時30分
場所　大治町スポーツセンターサブアリーナ
講師　大城京子(おおしろきょうこ)氏(快護相談所和び咲び所長、主任介護支援専門員)
内容　もしもの時のために、自身が望む人生や医療・ケアについて前もって考え、家族や医療・介護チームと繰り返し話し合い、共有する取り組みであるACPについて。
定員　100人(先着)
参加費　無料
申込　11月18日(水)までに電話または下記二次元コードから。
問合　海部医療圏在宅医療・介護連携支援センター(あまさぽ)
☎58-5989

つしまクロス催しガイド

(10月1日現在)
※掲載している催し物の名称などは予定です。

名　称	日　時	場　所	料　金	問　合
お月見灯路「みなくるパーク・ライトアップ」	11月1日(日)	みなくるパーク	無	てんのうぴあ ☎31-6302
「長生き社会の作法」～江戸の『養生訓』から令和の『幸せな老衰』へ～医師・旗本末裔と考える	11月3日(火・祝) 午前10時30分～11時30分	てんのうぴあ1階	無 (事前予約制)	てんのうぴあ ☎31-6302
みなくるマルシェ	11月14日(土) 午前10時～午後2時	てんのうぴあ みなくるパーク 観光交流センター	無	観光交流センター ☎25-2701
ほんのれん旬会	11月28日(土) 午後2時～3時	てんのうぴあ1階	無	てんのうぴあ ☎31-6302

文化会館催しガイド

(10月1日現在)
※掲載している催し物の名称などは予定です。

名　称	日　時	ホール	料　金	問　合
花道家元未生流秋のいけばな展	11月22日(日) 午前10時	小	無	花道家元未生流　中田 ☎28-4202
ダンススタジオCullinaN発表会	11月23日(月・祝) 午後3時30分	大	有	DANCESTUDIOCullinaN ☎070-5409-2086
DANCE　DANCE DANCE　vol.21	11月28日(土) 午後2時15分	大	無	UPBEATSあまつしま　内海 ☎090-2135-5119
吟詠全国大会	11月29日(日) 午前10時	大・小	無	(社)日本伝統文化吟友会 ☎052-461-2008
子どもの劇発表会	12月5日(土) 午後2時30分	小	無	ラボ・パーティ　栗原 ☎090-8733-1755

市民病院ギャラリー

※展示内容が変更となる場合があります。
※展示を希望される方は、市民病院管理課(☎28-5151)までご連絡ください。

展示期間	出展内容	団体名・企画名
11月8日(日)～22日(日)	写真	TSUSHIMA写真倶楽部

認知症・知的障がい・精神障がいなどで判断に不安のある方の
相談無料
権利擁護支援センターあいぎ

契約や書類の手続きに困っている

お金の管理がうまくできない

身寄りが無く、将来が心配


権利擁護の相談支援　成年後見制度の利用支援
0567-55-7723　平日 10～15時
NPO法人愛岐福祉会
〒496-0807
津島市天王通り六丁目1　ロクサンビル103　(名鉄「津島駅」より徒歩2分)

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主にお問い合わせください。

市立図書館で学ぶ相続のはなし

相続に関する知識を気軽に学べる講座を図書館で開催します。幅広いテーマで分かりやすく、基礎知識がなくても参考にしていただける内容です。相続に詳しいファイナンシャルプランナーが丁寧に説明します。

日時　11月28日㈯　午後2時
場所　市立図書館大集会室
定員　30人程度（定員になり次第受付終了）
参加費　無料
申込　11月8日㈰午前9時以降に電話または図書館事務室へ。
※11月9日㈪～20日㈭は特別整理休館のため、電話のみの受付。
問合　市立図書館　☎25-2145

海部歴史研究会による講演会

豊臣政権と尾張

日時　11月29日㈰
午後1時～2時30分
場所　蟹江中央公民館集会室
内容　豊臣政権にとって尾張国とはどのような存在であったのか、特に尾張西部地域との関係性などを明らかにしていきます。
講師　播磨良紀（はりまよしのり）氏（中京大学名誉教授）
定員　748人（先着）
参加費　無料
主催　蟹江町教育委員会
協力　海部歴史研究会
問合　蟹江町歴史民俗資料館（月曜日休館）　☎95-3812

就農希望者向け「現地見学会」

れんこん・いちごなど地域を代表する農家の生産現場を巡り、農業の魅力を体感していただきます。また、就農準備の進め方や研修制度、国・県・市の支援制度も紹介します。

日時　12月6日㈰　午後1時～4時
※雨天決行
場所　JAあいち海部本店（大縄町）
対象　新規に農業を始めようとする45歳未満の方
参加費　無料
申込　11月20日㈭までに下記二次元コードから。

問合　海部地域新規就農支援協議会事務局（JAあいち海部農産部担い手課）　☎23-6913

教室・講座

子どもリズム体操教室

日時　12月5日・19日、
令和9年1月9日・23日、
令和9年2月6日・20日
（すべて土曜日・全6回）
午前9時30分～11時30分
場所　南文化センター
対象　市内在住の小学生
定員　20人（抽選）
受講料　無料
申込　11月14日㈯～17日㈫の午前9時～午後5時に南文化センターで直接所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、申し込みください。
問合　南文化センター　☎24-6161



天文工作教室

日時　12月5日㈯
午後1時30分（1時間程度）
内容　十二支天文時計～12の動物たちと時間の秘密の時計を作ろう～
場所　児童科学館
対象　小学生以下（保護者同伴）
定員　15人（先着）
参加費　無料
申込　11月20日㈭～12月4日㈭の午前9時～午後5時（月曜日は除く）に電話または直接下記へ。
問合　児童科学館　☎24-8743



SYNAPSOLOGY シナプソロジー
脳がよろこぶ!! 笑顔がうまれる!! シナプソロジー® 津島市で初導入!!
ヒザ・腰痛を改善し元気を取り戻しましょう
半日型リハビリ専門 津島柔整リハビリデイサービスセンター
送迎あり・体験できます
ニーズにあった個別指導
週1～2回の体操で健康づくり！
外出サポート“お助け隊”でお出かけも安心
ヒザの痛み 何とかならないかしら…
ご自宅でのリハビリなら
ながた訪問鍼灸マッサージ
健康保険が使えます（※医師の同意書が必要）
寝たきりや歩行が困難な方に
ご自宅で機能訓練ができます
☎0567-23-3339（夜間はこちら ☎0567-26-7711）
〒496-0833 津島市常盤町 4-33-7　※南小学校南門前の緑の建物です

地元の『公民館』元気プロジェクト

親子で学ぶ「お金」のキホン講座

ID　393229288

お金との上手な付き合い方、今の時代に必要な備え方などを紹介します。

日時　12月13日㈯
午前10時～11時30分

場所　神島田公民館

対象　市内在住・在勤(保護者)の親子(親のみでも可)

定員　20人程度

講師　明治安田生命保険相互会社社員

申込　11月13日㈭から直接問い合わせ先で申込書に記入。

問合　神島田公民館　☎32-1501



愛知県障害者委託訓練

事務職に強い IT技能・資格取得③コース

日時　令和9年1月6日㈬～2月26日㈭(月・火・木・金曜日の午前10時～午後4時)

場所　ぱそメイト国府宮教室(稲沢市)

内容　ワード・エクセル(基礎・活用)、日商PC検定試験対策、画像編集、就職支援

対象　身体・精神・知的・発達障がい、難病等の方でマウスの操作が可能で、テキストの漢字が読める方。

定員　6人(面接で選考)

受講料　無料

テキスト代　8,130円

申込　11月30日㈪までにハローワーク津島へ(受講にはハローワークでの求職登録が必要です)。

問合　ハローワーク津島　☎26-3158
愛知障害者職業能力開発校
☎0533-93-2505

子育て・健康

第4回親子遊び講座

ID　156893722

日時　11月20日㈭ 午前10時～正午

場所　総合保健福祉センター3階第1会議室

内容　ベビー・タッチ・ケア

対象　Aグループ　3～4カ月
Bグループ　5～8カ月
Cグループ　9～12カ月
(各10組程度)

申込　11月6日㈭の午前9時以降に電話または直接下記へ。

問合　西地区子育て支援センター
☎24-0005



中央児童館で遊ぼう！ 11月の予定

中央児童館　☎26-3540

イベント	日付	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
けん玉・こま検定	1、15、29日 すべて日曜日	午後1時30分～2時30分	小・中学生、高校生	当日受付	なし	けん玉とこまの記録にチャレンジしよう	無料	上靴・水筒
なかよし広場	7日㈯	午前10時30分～11時15分	満1歳ごろから未就学児とその保護者	当日受付	なし	館庭で芋掘りをしよう	無料	上靴・水筒
運動遊び	7、14、21、28日 すべて土曜日	午後1時30分～2時	小・中学生、高校生	当日受付	なし	体を動かして遊ぼう	無料	上靴・水筒・タオル
手作りタイム	8、22日 いずれも日曜日	午後1時30分～2時30分	小・中学生、高校生	当日受付	なし	ガラスタイルと粘土でコースターを作ろう	無料	上靴・水筒
ハイハイ広場	11日㈬	午前10時30分～11時15分	0歳児とその保護者※1	当日受付	なし	身長体重測定、手形をデコレーションしよう	無料	バスタオル・水分補給できるもの
ベビーマッサージ	13日㈮	午前10時30分～11時30分	0歳児とその保護者※2	1日㈰～10日㈫	5組	親子のリラックス法、ふれあい遊びをしよう	オイル代、資料代500円	バスタオル・水分補給できるもの
ビンゴ大会	28日㈯	午前11時30分	乳幼児親子、小・中学生、高校生	当日受付	なし	ビンゴ大会で盛り上がろう	無料	上靴・水筒

○　開館時間:午前9時30分～午後5時(水曜日午後・木曜日・祝日の休館日を除く)　児童館に貴重品は持ってこないようにしましょう。携帯電話の利用はお控えください。
○　初回に来館の際に登録書の記載をお願いします。登録書に記載のある方は、電話での受付が可能です。
○　定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了)
※1　生後4カ月ごろ～満1歳ごろ　※2　生後1カ月健診後～満1歳ごろ

12月の母子健康診査、教室のお知らせ

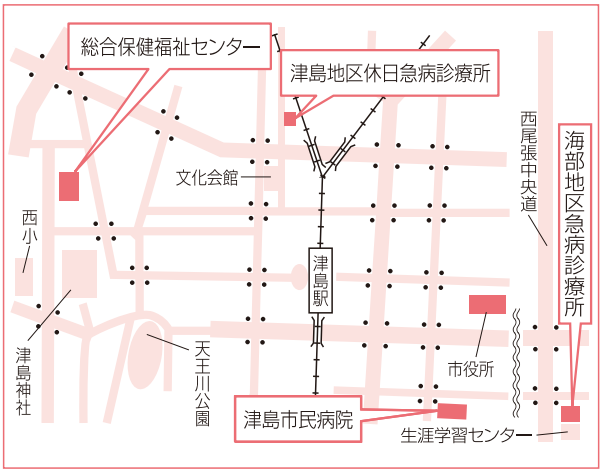
問合　保健センター（総合保健福祉センター内）
所在地　上之町1-60　☎23-1551

種別	日	受付時間（開催時間）	対象	定員	持ち物
HAPPYマタニティ（妊娠編）	13㈰	午前9時45分～10時（午前10時～12時）	妊娠中の方とその家族 内容：妊娠中の食事や過ごし方についての講話	15組 予約制	母子健康手帳
離乳食教室（前期）	9㈬	午前9時45分～10時（午前10時～11時30分）	4～7カ月ごろになるお子さんをもつ保護者 ※対象の月齢以外でも予約できます	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児健康診査	2㈬ 23㈬	午後1時～2時 ※指定された時間	4カ月を過ぎたお子さん ※対象者に個別通知をします （1歳未満まで受診可）		母子健康手帳 問診票 バスタオル
1歳6カ月児健康診査	10㈭	午後1時～2時 ※指定された時間	1歳6カ月を過ぎたお子さん ※対象者に個別通知をします （2歳未満まで受診可）		母子健康手帳 問診票 バスタオル
2歳児歯科健康診査	17㈭	午後1時～2時 ※指定された時間	2歳以上3歳未満のお子さん ※対象者に個別通知をします （3歳未満まで受診可）		母子健康手帳 問診票 タオル
3歳児健康診査	11㈮	午後1時～2時 ※指定された時間	3歳2カ月ごろのお子さん ※対象者に個別通知をします （4歳未満まで受診可）		母子健康手帳 問診票 視力・聴力アンケート

☆乳幼児健康診査はすべて**1～2時間程度**かかります。乳幼児健康診査を受けていない方は保健センターの保健師がご家庭を訪問します。
☆**お子さんや保護者の方をはじめ、同伴の方も体調が悪いときは来所を控えていただきますようお願いします。麻しん（はしか）、風しん（三日ばしか）、水痘（水ぼうそう）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、とびひ等にかかっている方は、主治医の指示に従ってください。**
☆予約制の場合は、定員になり次第締め切らせていただきます。
☆暴風警報等が、愛知県西部地方に発令された場合は実施できないことがありますので、保健センターに問い合わせください。

★あなたの健康づくりを応援します

事業名	内容	相談者	開催日時
健康ホットライン ☎27-1021 （相談専用）	ご自身や家族の健康について、また、育児に関することを専用電話で相談をお受けします。	保健師	月～金曜日（祝日を除く） 午前9時30分～11時
健康相談	ご自身や、ご家族の食事やお口の健康、日々の健康について相談をお受けします。	保健師 管理栄養士 歯科衛生士	月～金曜日（祝日を除く） 午前9時～午後4時 ※要予約 ※電話相談可
家庭訪問	ご家庭に訪問して健康相談をお受けします。		
健康チェック	体成分分析・血圧・喫煙度・HbA1c簡易測定ができます。	保健師	
こころの健康相談	こころの不調への早期対応、予防に関すること、ひきこもりに関することの相談をお受けします。		



津島地区休日急病診療所

内科・小児科　日曜日・祝日　午前9時～11時30分　午後1時～4時30分
所在地　藤浪町4-14
☎24-3611

海部地区急病診療所

内科・小児科　平日　土曜日　当面の間、休診
日・祝日　午前9時～11時30分　午後1時～4時30分
歯科　日・祝日　午前9時～11時30分　午後2時～4時30分
所在地　莕原町字郷西37
☎25-5210

津島市民病院

所在地　橘町3-73
http://www.tsushimacity-hp.jp/
☎28-5151

診療可能な病院を案内します

消防本部　☎23-0119
救急医療情報センター　☎26-1133

上記医療機関を受診される場合は、それぞれの時間外窓口に事前に電話確認のうえ受診してください。

第3回『ちびっこるーむ』

ID　772841262

入園するとどんなことをするの?園での遊びや活動の一部を体験してみませんか。

日時　12月9日・16日・23日（すべて水曜日）
午前10時～11時

場所　西地区子育て支援センター（総合保健福祉センター内）

対象　市内在住の2歳の誕生日を過ぎた未就園児

定員　5人（先着）

申込　11月25日㈫の午前9時以降に電話で下記へ。

問合　西地区子育て支援センター
☎24-0005

子育てサロン「おたまじゃくし」

子育て中の方が気軽に集まっておしゃべりできるサロンで、日ごろの疲れをストレッチで改善しましょう!親子でできる楽しいストレッチ体操です。

日時　12月14日㈰
午前10時30分～11時30分
（受付午前10時から）

場所　蛭間地区コミュニティセンター

内容　親子でのびのびストレッチ

対象　未就学児とその保護者（祖父母の参加も可）

持ち物　バスタオルまたはヨガマット、水分補給の飲み物

定員　10組

参加費　無料

申込　下記二次元コードから。



問合　津島市主任児童委員部会
✉otamajakushi94@gmail.com

認知症サポーター養成講座

ID　862097636

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の方や家族を温かく見守る応援者のことをいいます。認知症の基礎知識や認知症の方への対応方法、ご家族への支援などについてお話します。

日時　11月25日㈫
午前10時～11時30分

場所　神守支所2階会議室

申込　11月17日㈪までに電話または直接下記へ。

問合　高齢介護課地域包括ケアG
☎55-9471

デジタルスポーツ大会

ID　338108337

日ごろからセンターで楽しんでいるゲームを使って、みんなで楽しく腕を競ってみませんか。

日時　11月26日㈬
①午前9時30分～11時30分
②午後1時30分～3時30分

場所　高齢者活動・交流センター（総合保健福祉センター内）

対象　市内在住でおおむね60歳以上の方

定員　各8人（先着）

参加費　無料

持ち物　室内用シューズ

申込　電話または直接下記へ。

問合　高齢者活動・交流センター
☎43-2260

心の居場所「はっぴーるーむ・つしま」

ID　845332336

心に病のある方、生きづらさを感じている方々が共に語り合い、社会参加への足掛かりをめざしたフリースペースです。

日時　毎月第2土曜日
午後1時30分～3時30分

場所　北小学校区コミュニティハウス

対象　心に病のある方、生きづらさを感じている方およびその家族等

参加費　100円

申込　不要

主催　精神保健福祉ボランティアグループ風車の会

問合　福祉課福祉G　☎24-1115
風車の会　代表　村岡
☎28-7990
（午前10時～午後5時）

成績発表

令和8年度明るい選挙啓発ポスター審査結果

市内の小・中学校および高等学校の児童・生徒から応募のあった110作品の中から、明るい選挙津島市推進協議会が入選7作品、佳作23作品を選考しました。

入選作品（敬称略）

小学校の部
瀧本陽祐（北小2年）
石原花純（西小5年）
村山稀保（神守小5年）

中学校の部
北原杏梨（藤浪中2年）
黒田千晶（天王中3年）
髙田怜那（天王中3年）

高等学校の部
林田りお（津島高1年）

市の入賞作品30点を、11月13日㈭から29日㈰までヨシヅヤ津島本店に展示しています。

問合　市選挙管理委員会（総務デジタル課庶務G）　☎55-9606

寄附

ご厚意ありがとうございました

天王川公園へ
株式会社義津屋様
……お旅所の敷石および敷設

市へ
FactBoard株式会社様……現金

全国大会出場

第41回日本クラブユースサッカー選手権(U-15)大会
(北海道札幌市)

水谷元星(みずたにげんせい)さん
(天王中学校3年生・南本町)

出場種目　サッカー



令和8年度全国高等学校総合体育大会ハンドボール競技大会
高松宮記念杯第77回全日本高等学校ハンドボール選手権大会
(奈良県天理市)

伊藤雄星(いとうゆうせい)さん
(愛知高等学校2年生・青塚町)

出場種目　ハンドボール



Jack Bunny!! Junior Golf Tour 2026　Championship　**決勝大会**(群馬県高崎市)
小川仁渚(おがわにな)さん(神守中学校3年生・神守町)

出場種目　ゴルフ

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から

海則(みのり)ちゃん(立込町)
令和5年3月生まれ
いつも元気いっぱいの笑顔をありがとう!



逢生(あお)ちゃん(神守町)
令和8年5月生まれ
やっと出逢えた宝物、私達のもとに来てくれてありがとう♡ 笑顔いっぱい元気に育てッ!

鈴菜(すずな)ちゃん(越津町)
令和6年5月生まれ
はじめての秋まつり、わっしょいわっしょい頑張ったね!



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。たくさんの申し込みお待ちしています。
※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。

こどもの目

ピアノと私

最後の伴奏。私は、5歳のときからずっとピアノを習っています。最初は楽しくて始めましたが、難しい曲になるにつれて何回練習しても上手に弾けないことが増え、やめたいと思ったこともありました。それでも、練習を続けて弾けるようになったときの嬉しさを知り、ここまで続けてくることができました。

そして、今年、中学校生活最後の合唱祭があります。これまでも何度か伴奏をしてきましたが、これが最後の機会だと思うと、楽しみな気持ちだけではなく少しだけ寂しい気持ちもあります。ですが、クラスのみんなの歌声と合わせると、寂しい気持ちを忘れてしまうくらい楽しくなります。ピアノを続けてきてよかったと改めて感じさせられます。

そんな私にとって、そしてみんなにとって大切な思い出の一つにするために、10年間分の思いを込めて、悔いのない最後の演奏にしたいです。



天王中学校3年
山岸千夏（やまぎしちなつ）さん

季節のバランス献立

かぼちゃのスコップコロッケ、ブロッコリーときのこのサラダ、白菜とたまねぎの生姜ミルクスープ



1人分581kcal　塩分2.1g

ブロッコリーときのこのサラダ　材料（2人分）

ブロッコリー120g、しめじ1/4袋、酢小さじ1、しょうゆ小さじ1/2、オリーブオイル小さじ1、塩ひとつまみ、こしょう少々

作り方

①ブロッコリーは小房に分ける。しめじは手でさく。
②耐熱容器に材料をすべて入れ、ラップをかけ電子レンジで600W3分加熱する。
③容器を取り出して、全体をよく混ぜる。再度ラップをかけて電子レンジで600W3分加熱する。

※市役所1階市民情報サロン・市立図書館・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



『しかたなし日記』
市川宣子　作
堀川　真　絵
童心社

お父さんのお仕事で、ディズニーランドに行けなくなってしまったなこちゃん。これって「しかたない」のかな？

なこちゃんたちは、毎日の中にある「しかたなかったこと」を日記に書きだしてみました。そこで改めて「しかたない」と思ったことには、『しかたなし』と彫られたいも判をおしてみると、なんだか心がすっきりして、平和になれました。

でも「しかたない」って、あきらめの言葉なのでしょうか。「しかたない」ことと、「しかたなくない」ことについて、3人の小学生が考えます。

『こんなにかわった!やさいくだものむかし・いま』
ほりかわあきな　著
農業・食品産業技術総合研究機構　監修
講談社

『うえからみたりよこからみたり』
麻生知子　作
福音館書店

一般書



『わたしの骨はどこへいく?』
安田依央　著
集英社

ひとりで生きることも、ひとりで死ぬこともできますが、ひとりで骨になるのは難しい。還暦を迎え、独身でこどももパートナーもいない著者は、きょうだいもおらず、90代の老親以外に頼れる親戚もいません。

そんな「身寄りのない人」が、突然死したら……。骨になるまでに立ちはだかるいくつもの「壁」を、著者の境遇に当てはめて、どうすれば骨になれるのか。そして、次は骨になった後、骨の行きつく先についても考えていきます。

『かこさとしの科学絵本』
かこさとし、北山太樹、鈴木愛一郎　編著
加古総合研究所　監修
主婦の友社

『世界で一番楽しいキリンの生態学』
齋藤美保　著
エクスナレッジ

［　11月の休館日　］
9日(月)～20日(金)(特別整理休館日)
24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・予約ができますので、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。

11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」

虐待のない社会を広げるために、あなたの力を貸してください。あなたの連絡・相談がこどもを守るとともに、子育てに悩む保護者を支援するための一歩になります。

児童虐待とは?



身体的虐待
- 殴る、蹴る、叩く
- 投げ落とす、激しく揺さぶる など

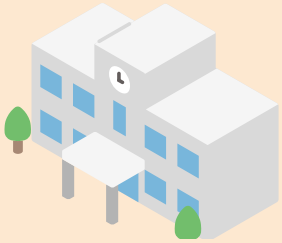
性的虐待
- 性器などを触ろうとする
- 性的行為を見せる
- 性的な写真の被写体にする など



ネグレクト
- 食事を与えない、風呂に入れない
- 病院に連れて行かない
- 学校に行かせない など

心理的虐待
- 「生まれてこなければよかった」など、言葉の暴力や無視
- きょうだい間差別
- こどもの目の前で喧嘩や口論をする など

「虐待かも?」「子育てに悩んでいる‥」と思ったら連絡・相談を



問合・相談先

津島市こども家庭センター　☎24-0350
海部児童・障害者相談センター　☎25-8118
児童相談所全国共通ダイヤル　☎189(いちはやく)

女性に対する暴力をなくす運動　11月12日(木)～25日(水)

ID　410300224　**問合**　人権推進課人権同和・男女参画G　☎55-9364

配偶者などからの暴力、性犯罪・性暴力、売買春、人身取引、セクシュアルハラスメント、ストーカー行為などの女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されないものです。

相手の同意のない性的な行為は、性暴力です!

相手と対等な関係でなかったり、嫌だと言えない状況であったりしたなら、本当の同意があったことにはなりません。

一人で悩まず、勇気を出して相談を

配偶者や恋人からの言動や暴力などで悩んでいる人は、勇気を出して相談してください。また、身近な人がDV被害などを受けている場合は、相談を勧めてください。

DVや性暴力の悩み、1人で抱えないで

DVに関する相談

DV相談ナビ　#8008(はれれば)
DV相談+(プラス)
　24時間電話相談　0120-279-889
　SNS相談(正午～午後10時)
　※外国語相談にも対応
　メール相談

▲DV相談+

性犯罪・性暴力に関する相談

性犯罪被害相談電話(警察)
　#8103(ハートさん)
性犯罪・性暴力被害者のための
ワンストップ支援センター
　#8891(はやくワンストップ)
性暴力に関するSNS相談
　「Curetime(キュアタイム)」

▲Curetime

MY KARTE

私のカルテ

No 461

その坐骨神経痛、原因は何ですか?
～「坐骨神経痛」は病名ではありません～



津島市民病院
脳神経外科部長
青山正寛

はじめに

「病院で坐骨神経痛と言われました」「昔から坐骨神経痛を持っています」外来でよく耳にする言葉です。

しかし、ここには一つ大きな誤解があります。「坐骨神経痛」は病名ではありません。「頭が痛い」ことを頭痛、「お腹が痛い」ことを腹痛と呼ぶように、坐骨神経に沿った「お尻から脚に現れる痛みやしびれ」を、まとめて「坐骨神経痛」と呼んでいます。

つまり、「坐骨神経痛ですね」と言われても、診断が終わったわけではありません。むしろ大切なのはここからです。

その坐骨神経痛は何が原因なのか?

これを見つけることが、本当の診断です。坐骨神経は、腰から出た複数の神経が集まり、お尻から太ももの後ろを通って足へ向かう、人体で最も太い神経です。そのため、腰から足にかけての神経の通り道のどこかに障害が起これば、坐骨神経痛を起こす可能性があります。

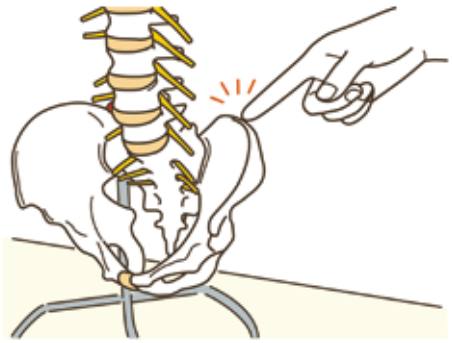
最もよく知られているのが椎間板ヘルニアや腰部脊柱管狭窄症など、腰で神経が圧迫される病気です。しかし、原因は腰だけではありません。お尻の深いところで神経が圧迫される梨状筋症候群や、膝の外側で神経が圧迫される腓骨神経障害でも、同様の症状が起こります。いずれも腰の神経障害と非常によく似た症状です。

「原因」をどう見つける?

そこで大切になるのが「神経高位診断」です。難しそうな言葉ですが、考え方はシンプルで、「神経が、どこで障害されているのか」を探すことです。そのためには、「どこがしびれるか」が重要です。太ももの後ろなのか、すねの外側なのか、足の甲なのか、足の裏なのか。

さらに、つま先が上がらない、かかとで歩けないなど、どの動きができないかも大切な手がかりになります。

こうした症状に、詳細な筋力、感覚、反射などの診察結果を加え、さらにMRIなどの画像と照らし合わせて原因を探します。



MRIで「狭い」=そこが原因、ではありません

年齢を重ねれば、症状がない方でもMRIで腰の変形や神経の通り道の狭さが見つかることがあります。そのため、MRIで異常があるというだけで、そのすべてが、症状の原因とは限りません。画像だけを見て治療するのではなく、まずは診察で患者さんの症状を丁寧に聞き取り、症状の原因となる神経を考え、それが画像と一致するかを確認する。この順番が大切です。

「坐骨神経痛」で診断を終わらせない

坐骨神経痛は「診断名」ではなく、原因を探すためのスタート地点です。大切なのは「MRIでどこが狭いか」ではなく、「どの神経が、どこで障害されているのか」を見極めることです。

その坐骨神経痛、何が原因でしょうか。原因を正しく診断することが、適切な治療への第一歩です。



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

尿もれと対策

くしゃみやスポーツのときなどの気になる尿漏れ。骨盤の底にある筋肉を鍛えて、お悩みをすっきり解消しませんか?

本講座では、お家で無理なく続けられる簡単な体操を行いますので、動きやすい服装でご参加ください。

日時 12月3日㈭ 午後2時～3時
講師 市民病院皮膚・排泄ケア認定看護師

せぼねの手術、どんな風にやってるの?

せぼねの手術と一言で言っても、様々なものがあります。代表的なものとして、神経の圧迫を取り除く除圧術、さらにせぼねをネジで固定する固定術、骨折してつぶれた骨を固める椎体形成術などがあります。近年ではこのような様々な手術を、いろいろな最新装置を使うことにより、患者さんの状態にあわせて、より安全で確実に、さらに負担少なく行うことが可能となっています。本講座では、せぼねの手術方法について詳しくお話しします。

日時 11月6日㈮ 午後2時～3時
講師 青山正寛(あおやままさひろ)氏(脳神経外科部長)

共通 **場所** 市民病院2階講義室 **対象** どなたでも(当院に通院していない方も参加可) **参加費・申込** 不要

第16回地域医療を考える市民の集い

問合 海部地域医療サポーターの会 ☎090-8556-0348(代表)

人生100年時代を元気に過ごすためには、これからを考えていく必要があります。食べる事、動くこと、そのためのコツや無理なく続けられる運動を体験します。

また、もしもの時を決めておく事も安心して暮らせることに繋がります。ご一緒に勉強しませんか。

日時 12月6日㈰ 午前10時～11時30分
場所 市民病院2階講義室
対象 どなたでも
参加費・申込 不要

講師 河西(かわにし)あつ子氏(安藤病院院長)
安藤病院管理栄養士
摂食・嚥下(せっしょくえんげ)障害看護認定看護師
理学療法士
海部地域医療サポーターの会介護福祉士

11月8日は「いい歯の日」です

ID 520172384 **問合** 保健センター ☎23-1551

いつまでも美味しく食事をとるためには、毎日のお手入れで健康な歯を保つことが重要です。生涯、自分の歯で楽しんで食べられるように、8020達成を目指しましょう。

歯の本数が食べられるものを決める

歯の本数が減っていくと、食べられるものの種類も減っていきます。およそ20本以上の歯があればほとんどの食品を食べることができますが、それを下回ると堅焼きせんべいやたくあんなど、固い食べ物を食べることが難しくなります。そして、歯が5本以下にまで減少すると、バナナやうどんなどやわらかいものしか食べられなくなります。

食べ物を噛むということは、おいしく食事を取ることの基本となり、それが健康的な生活にもつながります。健康的な生活を送るためにも、歯の健康を保つことが重要です。歯の健康を保つためにも定期的に歯科健診を受けましょう。



おいしく食べるために必要な歯の本数

街角散歩

もっと見たい方は、こちらも要チェック!

市ホームページ　インスタグラム



想いを胸に 聖火が駆け抜ける

26･9･6㈯
天王川公園

8月22日㈯から県内各地で実施された「第20回アジア競技大会(2026／愛知･名古屋)聖火リレー」にて、市では女子モーグルの柳本理乃選手を始めとする総勢16人のランナーが小雨の中、トーチを掲げてゆっくりと歩を進めました。

聖火を繋ぐ瞬間には、それぞれが考えた個性豊かなポーズを披露し、温かい声援を受けながら、聖火は人から人へと繋がりました。



100年の歩み つなぐ想い

26･9･14㈰
市内施設

今年満100歳を迎える方の長寿をお祝いするため、市長が直接ご本人を訪問し、お祝いの言葉と記念品を贈りました。この日市内の施設を訪れた市長から記念品を受け取った水谷はつさんは、普段の様子やご家族との思い出について語りました。

市内には今年満100歳を迎える方が13人、数え90歳の方が363人いらっしゃいます。対象の方々には、地域の老人クラブ員と市職員が訪問し、記念品を贈呈しました。



拳で掴んだ栄冠！ 王者が市長を表敬

26･9･16㈬
市役所

「WBC世界ユースミニマム級王座決定戦」に出場して、チャンピオンとなり世界のベルトを獲得し、素晴らしい結果を残した宮澤蓮斗選手が、結果報告のために市長を表敬訪問しました。

名だたる選手に競り勝った宮澤選手は、これまでの歩みと大会の様子を語り、報告を受けた市長と教育長から祝福の言葉が贈られました。



来年も安全にお花見を 楽しむために

26･9･17㈭
市内施設

全国で大きな問題となっている特定外来生物「クビアカツヤカミキリ」の被害を防ぐため、市職員が「樹幹注入」の防除作業を体験しました。

サクラなどのバラ科の木に寄生し、内部を食い荒らす幼虫に対し、木に穴を開けて薬剤を注入し、駆除します。薬剤は約1週間で木全体に行き渡ります。大切な木を倒木などの被害から守るには、早期発見と早めの防除対策がカギとなるようです。皆さんも、庭木などの身近な樹木を観察してみてください。



手作り灯籠作り お月見が楽しみですね！

26･9･20㈰
市立図書館

厚紙を使ったオリジナル灯籠づくりの催しが開催され、親子連れら19人が参加しました。

カッターでウサギやお月見団子などの型に切り抜いて、上にカラーセロハン等を貼り、円柱や四角柱などに仕上げます。会場では大人もこどもと一緒になって工作を楽しむほほえましい姿が見られました。

作品は図書館で1カ月ほど展示された後、10月30日から11月1日まで開催される「第8回お月見灯路」の会場でもお寺の境内を温かく照らします。



新感覚で大盛り上がり スポーツ体験！

26･9･23㈬･㊗
東小学校体育館

楽しくて珍しい話題のニュースポーツを体験できる「やってみよう!楽珍スポーツ」が開催されました。

竹の間をリズムよく跳ぶ「バンブーダンス」や木の棒を投げて番号付きのピンを倒して得点する「モルック」など合計6種類のスポーツにこどもから高齢者まで幅広い世代が挑戦しました。新感覚のスポーツに笑顔と歓声が飛び交い、心身ともに元気いっぱい。みんなで楽しく心地よい汗を流しました。

尾張津島 秋まつり

10月3日㈯、4日㈰に開催されました。市内がまつり一色に染まり、雨の降る場面もありましたが、熱い想いで大いに盛り上がりました。



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(ダイヤルイン)
イベント等に関する最新の状況は、ホームページをご覧いただくか、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。

秋季全国火災予防運動

11月9日㈰～15日㈯の7日間

ID　251419570（感震ブレーカー）　**問合**　消防本部予防課設備G　☎23-0419





総務省消防庁では11月9日を「119番の日」としており、この日を含むその後の1週間を秋の全国火災予防運動の時期としています。

市民の皆さんの火災予防思想の一層の普及を図り、死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的とした活動です。

住宅防火 いのちを守る 10 のポイント

4つの習慣

1 **寝たばこ**は絶対にしない、させない

2 **ストーブ**の周りに燃えやすいものを置かない

3 **こんろ**を使うときは火のそばを離れない

4 **コンセント**はほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く



6つの対策

1 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は**安全装置の付いた機器**を使用する

2 火災の早期発見のために、**住宅用火災警報器**を定期的に点検し、10年を目安に交換する

3 火災の拡大を防ぐために、部屋を**整理整頓**し、寝具、衣類およびカーテンは**防炎品**を使用する

4 火災を小さいうちに消すために、**消火器等**を設置し、使い方を確認しておく

5 お年寄りや身体の不自由な人は、**避難経路と避難方法**を常に確保し、備えておく

6 防火・防災訓練への参加、戸別訪問などにより、**地域ぐるみの防火対策**を行う

地震火災の対策を



地震火災対策には「感震ブレーカー」が効果的です。感震ブレーカーは震度5強相当の地震を感知すると、電気を自動で遮断するので、不在時やブレーカーを切って避難する余裕がない場合に、電気火災を防止する有効な手段です。

感震ブレーカーの購入費を補助します！

対象者

市内において自らが居住するために所有する住宅に感震ブレーカーを設置した個人

対象となる感震ブレーカー

一般社団法人日本消防設備安全センターがコンセントタイプおよび簡易タイプとして認証しているもの、またはこれらと同等の機能を有すると認められるもの。

補助金上限額　3,000円

申込　感震ブレーカー購入費補助金交付および取り付け支援について、市ホームページをご覧いただくか、問い合わせ先へご確認ください。



VEGETABLE OIL INK　この印刷物は、自然環境に優しい植物油インクを使用しています。