

図書館からのお知らせ

問合せ 市立図書館 ☎25-2145



市民講座

地域の歴史に親しむ講座

シリーズ 津島の歴史文化

津島の歴史を活かした「まちづくり」事業を行う意欲を持った人々が幅広い基礎知識を学ぶための歴史文化講座(全10回)を開講します。

日時 5月～2月の第2日曜日
午後2時～4時
場所 市立図書館2階大集会室
定員 30人(先着、開始20分前から受付開始)
講師 黒田剛司氏(天王文化塾塾頭)
受講料 無料
申込 事前申し込み不要

こどもの読書週間

4月23日は「子ども読書の日」です。4月23日～5月12日の「こどもの読書週間」にちなみ、図書館では期間中、しおりの配布やエッグハントを行います。また、毎日異なる様々なおはなし会を開催します。図書館で楽しいひとときを過ごしませんか。

日時 おはなし会は右表のとおり
※中止の場合は、図書館ホームページ等でお知らせします。

場所 市立図書館
定員 おはなし会は各回10組または15人程度(先着、状況により変更の場合あり)
申込 おはなし会は当日30分前から受付(事前申込はありません)

日付	時間	内容
4月15日(土)	午後2時	英語のおはなし会
4月16日(日)	午後2時	ストーリーテリングのおはなし会 (対象:5歳くらい～)
4月22日(土)	午後2時	図書館のおはなし会
4月29日(土・祝)	午後2時	神守小図書ボランティアのおはなし会
4月30日(日)	午後2時	春のおたのしみおはなし会
5月6日(土)	午後2時	まるんmamaのおはなし会
5月11日(木)	午前10時30分	乳幼児のためのおはなし会 「おはなしにここにこ」
5月13日(土)	午後2時	図書館のおはなし会
5月14日(日)	午後2時	おはなしBOOONのおはなし会

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



『子どものための
ソーシャルスキルブック』
藤枝静暁 監修
少年写真新聞社

みなさんも、家族や友だち、学校の先生、部活の先輩など、人付き合いに悩んだことがあると思います。

人付き合いが上手な人と苦手な人との違いは、コツを知っているかどうかです。

今から使えるだけでなく、一生役に立つ人付き合いのコツであるソーシャルスキルを、学校生活でよくある具体的なシーンや日常での起き得る悩みを例にイラストとともに紹介しています。

ソーシャルスキルを身に着けて、実際の場面で使ってみませんか。

『どんないえにすみたい?』
ジョージメノーサ 文 ドリス・ザンズミス 絵 木坂 涼 訳 好学社

『ツクルとひみつの改造ポット』
辻 貴司 作 TAKA 絵 岩崎書店

一般書



『人もペットも
気をつけたい
園芸有毒植物図鑑』
土橋 豊 著
淡交社

身近な園芸植物が、実は人やペットにとっては有毒で、被害にあってしまうということが増えてきています。

この本では、植物の学名や英名、一般に馴染みのない有毒成分には英名の物質名を付記しています。

また、栽培される主な種類や、人との関係、有毒部位・成分、健康被害、リスク低減の情報など、有毒植物との関係を築くための記載がされています。

『名画のティータイム』
Cha Tea紅茶教室 著 創元社

『グッゲンハイムの謎』
シヴォンダウド 原案 ロビンスティーン 著 越前敏弥 訳 東京創元社

[4月の休館日]

25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。

😊 子どもの目

忘れられない経験

僕は現在までの約4年間、合唱をやってきました。合唱団で様々な経験をさせてもらう中で、忘れられない経験があります。

それは、去年合唱団で復興を応援する公演を行うために、その下見に行った時の話です。

福島県で震災で家族を亡くし、福島原発の問題解決に取り組んでみえる方に出会いました。その方の案内のもと、防護服を着て、帰還困難区域に入らせていただきました。そこは、震災当

時のままで、草木もおい茂った状態でした。まさに被災地の今を見て、僕はこう思いました。実際に感じた傷の痛みは本人しか感じる事ができない。だけど、理解しようとする事が大切である、と。

僕は、少しでも自分にできることをやろうと、心を込めて、公演に臨みました。現地の方は、公演を観て「元気をもらった。」と泣いてくださいました。

僕は、今回の貴重な経験を将来に必ず生かしていこうと、思いました。



神守中学校 3年
みずのあきや
水野桐弥さん

全国大会等出場 奨励金交付事業

市では市民のスポーツ・文化活動の振興に寄与することを目的として、全国大会以上の大会出場者に奨励金を交付しています。

対象

- ①スポーツの全国大会や国際大会に予選・選考会等を経て出場する市内在住、在勤、在学の個人または団体
- ②文化活動の各部門の全国大会等に予選・選考会等を経て出場する市内在住、在勤、在学の個人または団体

申請方法 所定の申請書に必要事項を記入の上、出場する大会の開催要項などの添付が必要です。事前に下記へお問い合わせください。

問合せ ①社会教育課スポーツ振興G ☎55-9428
②社会教育課生涯学習・文化振興G ☎55-9421



世界大会 出場

IBKO第1回インターナショナル
コンベンション空手道選手権
(東京都渋谷区)

ことうたいせい
五藤大誠さん(唐臼町)

出場種目 空手道(型)



今月のバランス献立

さむら
鯖のホイルつつみ焼き、
菜花とキャベツのからし和え、若竹汁



1人分 414kcal 塩分2.4g

鯖のホイルつつみ焼き
材料(2人分)

鯖2切、酒少々、しめじ50g、インゲン4本、玉ねぎ80g、
みそ大さじ1/2、マヨネーズ大さじ1、アスパラ2本

作り方

- ①鯖に酒少々を振る。
- ②しめじは石づきをとり小房にわける。インゲンはスジをとり斜めに切る。玉ねぎは千切りにする。
- ③ホイルに②と①のをせ、みそとマヨネーズを合わせてぬり、包む。
- ④フライパンに1cm程度水を張り③を置き、蓋をして10～15分間中火で蒸し焼きにする。
- ⑤ゆでたアスパラを斜めに切って添える。

※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシツ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。

動画でも公開中



院長 コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

79



市民病院 院長 神谷里明

楽しく生きる

新しい年度が始まります。環境、立場が大きく変わって新たな生活が始まった人も多いと思います。学校、職場など新しい環境には心配なことも多いと思いますが、楽しいことも必ずあるはず。目の前にある小さな楽しみを見つけて、それをきっかけに未来の自分を想像できるようになれると良いと思います。つまらない当たり前のことでも、続けることによりもっと大切な意味あることに

なっていくこともあります。毎日やり続けなければいけないことも数多くあり、その中に楽しさ、達成感を見つけることは難しいかもしれません。でも意味のないことは一つもありません。自分のやっていることが、どこかで他の人の役に立っています。必ず誰かがやっている姿を見てくれます。人は1人では生きていけません。必ず人と人がつながりを持って生きています。お互いが認め合い、尊重しあえる社会になれば、それはみんなが楽しく生きていける社会だと思います。

コロナウイルス感染症が広まって以降は、食事の時も話をしてはいけない、多人数で集まっておしゃべりをしてはいけないなど、周りの人と話をする機会が減っています(ほとんどなしになっていると言ってもいいかもしれません)。悩んだとき、困ったときに気軽に相談できる環境づくりが大切です。不安だということを人に話せる。一緒に悩んでくれる人がいる。一緒にいてくれる人がいて、話を聞いてくれる人がいる。周りには必ずそういう人がいます。自分1人で抱え込まずにまず声に出してみませんか。

市民病院公開講座

糖尿病教室

問合 市民病院地域医療センター
☎28-5151 内線2113

日時・テーマ 下表のとおり

場所 市民病院2階講義室

内容 糖尿病の病態・合併症治療について

対象 どなたでも(当院に通院していない方も参加可能)

申込・参加費 不要(初回のみテキスト代500円が必要)

その他 参加者には当日、感染対策として、新型コロナウイルス感染症に関する問診票を記載していただけます。車でお越しの場合は、駐車券を会場までお持ちください。



開催日	スケジュール		
	午後2時~3時		
4月14日(金)	糖尿病の基本 (担当:内分泌内科医師)	血圧測定について(担当:看護師)	食事の話(担当:管理栄養士)
5月12日(金)		一緒に運動しよう!(担当:理学療法士)	くすりの話(担当:薬剤師)
6月9日(金)		血液検査と尿検査(担当:臨床検査技師)	フットケア(夏)(担当:看護師)

※内容は前後する場合があります。ご了承ください。

事業者・企業の方へふるさと納税の返礼品を募集します

市では、地場産業の活性化と地元特産品のPRを図るため、ふるさと納税をされた方への返礼品をご提供いただけるパートナー事業者を募集します。採用された商品はふるさと納税特設サイト等へ掲載します。

募集期間 4月3日(月)~5月12日(金)

応募方法 市ホームページに掲載している「ふるさとつしま応援寄附金返礼品募集要項」をご覧ください。

応募要件

- ・原則、市内で生産、加工、収穫等がされた商品
- ・市内で提供され、本市の魅力を体感できる体験・サービス商品

※詳細は募集要項をご覧ください。▶

問合 シティプロモーション課

広報・プロモーションG

☎55-9589



私のカルテ

No 4 1 8

男性の3人に1人!?～鼠径ヘルニアについて～

津島市民病院
外科医師

手嶋浩也

鼠径ヘルニアとは

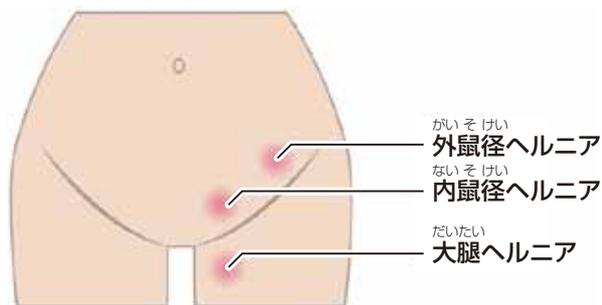
ヘルニアといえば腰の病気というイメージがあるかもしれませんが、元々ヘルニアは「とび出ている」という状態を表す言葉です。鼠径ヘルニアは腸がお腹の中からとび出した「脱腸」という状態で、足の付け根あたりがぼこっと膨らんでくるのが特徴です。男性に多いですが、男女どちらでもなる可能性のある病気で、治療方法は手術しかありません。

原因、症状は？

大人と子どもで原因は違います。大人の場合は歳をとって腹部の組織が弱くなるのが原因となります。長時間の立ち仕事や、便秘、咳といったお腹に力が入る行為が原因となる場合もあります。子どもの場合は先天的になる場合がほとんどです。

よくある症状

- ・足の付け根、陰のうが膨れる
(ピンポン玉ぐらい～卵ぐらいと大きさは様々)
- ・手で押し込んだり、横になると消えてしまう
- ・下腹部にときどき痛みが走る



放置するとどうなる？

しばらくは放置しても症状は出ない場合が多いです。しかし徐々に大きくなってくると、痛みがでたり、膨らみを押し込んでも元に戻らなくなったりします。元に戻らない嵌頓状態になると、腸の血流が悪くなり壊死を引き起こす可能性があります。命にかかわることもあり、緊急手術で腸切除が必要となる場合もあります。基本的には見つけた時点での手術をお勧めします。

手術方法

鼠径部切開法(皮膚を直接切る方法)と腹腔鏡下手術(カメラでお腹の内側から治す方法)があります。どちらも2泊3日もしくは3泊4日の入院で行います。当院では年々、痛みが少なく、傷が小さい、再発率の少ない腹腔鏡下手術の件数が増えています。

腹腔鏡下ヘルニア手術

臍とその左右に3つ、ポートという細長い管をいれ、二酸化炭素でお腹を膨らませます。細長いカメラと器具を使ってお腹の中から治療をしていきます。ヘルニア門(腸がでてくる孔)を内側から観察し、腹膜を切開し、メッシュという網目状の人工物を広げるスペースを作ります。メッシュをヘルニア門に十分に被さるように置き、タッカーと呼ばれる特殊なネジで固定します。最後に腹膜を吸収糸で閉鎖して手術は終了です。

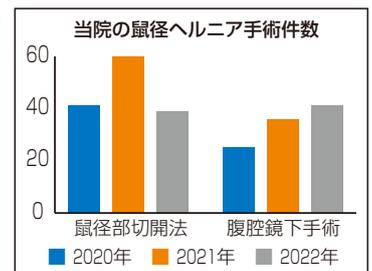
以下に腹腔鏡下手術の利点、欠点を説明します。

【利点】

- ・術後の痛みが少ない
- ・社会復帰がはやい
- ・傷が小さい
- ・再発率が低い

【欠点】

- ・全身麻酔が必要
(心臓、肺が悪いとできない)
- ・下腹部の手術歴があるとできない
- ・値段が高い
(3割負担で15万円程度、鼠径部切開法8万円程度)



最後に

鼠径ヘルニアは毎年15万人程度の方が手術を受けており、男性の3人に1人がかかる病気とされています。鼠径部の痛みや膨らみ、違和感などの症状がある方は、気軽に当院一般外科を受診してください。



消防団員配偶者感謝状贈呈

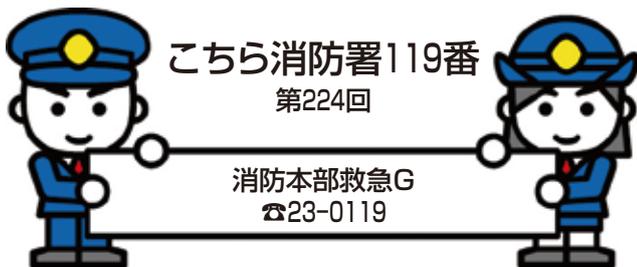
消防団員として10年以上勤められた方の配偶者に、市長から感謝状が贈呈されました。これは、日ごろ消防団員の任務遂行を陰から支えられた功績に対するものです。感謝状を贈呈された方は次のとおりです(敬称略)。

東分団 鈴木 美香
南分団 木 學かをり
南分団 松岡 陽子
南分団 二川 由紀子

北分団 山田 恵美
蛭間分団 鈴木 美奈美
高台寺分団 坂 恵美

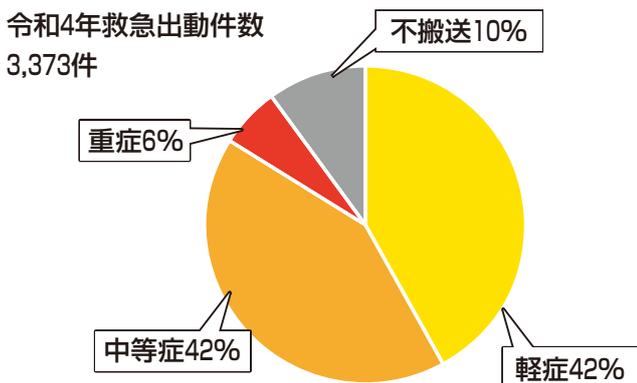


問合 消防本部総務課消防団G ☎23-0417



救急車の適正利用

当市の令和4年1年間の救急出動件数は、平成30年の過去最高件数3,182件を大幅に上回る3,373件で、1日約9件出動しています。その内訳は、下図のとおりで半数近くが軽症なのが分かります。



救急車は限られた資源です。市内の救急車が全て出動中の場合、近隣の消防本部から応援出動することとなります。現場到着までの時間が長くなり、これにより救命率の低下を招いてしまうケースもあります。

皆さんは、救急の要請を必要とする時は、どのような場合を思い浮かべますか？

【救急車が必要な傷病者の症状】

- ・胸が激しく痛む
- ・突然の頭痛
- ・交通事故(強い衝撃を受けた)
- ・意識がない

このような場合は緊急性が高いため直ちに救急要請してください。

【救急車の誤った利用例】

- ・手足を擦りむいた
- ・入院予定のため病院へ行きたい
- ・救急車だと優先的に診てもらえる
- ・診察可能な病院が分からない

このような場合はタクシーなどを利用して病院へ行きましょう。

夜間や祝日等で、どこの病院に行けばいいのかわからない場合は、24時間対応の愛知県救急医療情報センター(☎26-1133)にお問い合わせください。症状に応じた病院の案内が受けられます。





知らないことを やってみよう!

23・2・18(土)
文化会館

「つしまおやこワクワク体験活動フェスティバル!」を開催し、子どもの社会体験・自然体験を支援している団体がブースを出展しました。体験できるのは、缶バッジ作りや工作、手話や防災に関するものなどさまざま。

発電体験では、電子レンジ5分間の消費電力は自転車発電機を2時間漕がないと溜まらないとのこと! 知ること、物の見方が変わるかもしれませんね。



待ち遠しい 春

23・2・20(月)
津島神社

春を告げる祭りとして地域に親しまれている「開扉祭(おみと)」は、昨年同様、大松明を縮小し、神事のみで開催となりました。

夜8時。冷たい風が吹く中、2本の大松明の担ぎ手は「いくぞー! おー!」という掛け声とともに楼門をくぐり抜けました。その後、拝殿前に横たえた大松明は、ばらすことなく燃やし切りました。



感謝に満ちた 3年間

23・3・2(木)
看護専門学校

看護専門学校卒業式が挙行政され、29人の卒業生へ牧野校長から卒業証書が授与されました。

感染症拡大の影響を3年間強く受けた今年の卒業生。卒業生代表からは在学中に苦楽を共にしたクラスメイトや看護の道を示してくれた恩師、いつもそばで心身ともに支えてくれた家族への感謝が述べられ、これから進む医療の道への決意が表明されました。

在校生は心を込めたハンドベルの演奏と花束の贈り物で卒業生を送り出しました。



トルコへ届け 私たちの想い

23・3・9(木)
蛭間小学校

トルコ総領事館との交流事業を行った蛭間小学校6年生児童からの発案で、トルコの復興支援のため、児童自ら募金を呼び掛けるポスターを作成して校内で義援金を募りました。

この日、代表の6年生児童が市の募金箱へ寄附を行いました。児童からは「トルコの人たちを笑顔にしたいです!」と言葉が添えられました。小さな児童が集めた募金は、大きな想いと共にトルコへ届けられます。

発行

津島市市長公室シティプロモーション課 〒496-8686 愛知県津島市立込町2-21

☎24-1111(代表)
☎55-9584(ダイヤルイン)

ホームページから施設の所在地・電話番号が確認できます。

<https://www.city.tsushima.lg.jp>

「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。