

# ホワイトウイングズ

## 後期活動のお知らせ

ID 666313135

問合 社会教育課東公園

整備推進室スポーツ振興G

☎55-9428

**活動日** 10月～翌年3月の土・日曜日

に各種目月1回程度開催

**場所** 東小学校体育館など

**種目** 表のとおり。会員の方はすべての種目に参加できます。

**会費(6カ月分)**

・個人会員 4,000円

※途中申込 残りの月数×700円

・ファミリー会員 8,000円

※途中申込 残りの月数×1,500円

**申込** 9月10日(水)以降に会費を添えて活動場所(活動日のみ)または直接問い合わせ先へ。



種目名	種目紹介
のびのび体育塾	スポーツに必要な動きを養うための基礎運動を中心に行います。
ソフトエアロビクス	音楽に合わせた軽い運動で、どなたでも気軽に参加しやすい種目です。
ショートテニス	バドミントンコートのご広さでプレーする室内で行うテニスです。
バスケットボール	基本的な技能の習得から本格的なゲームまで行います。家族での参加もしやすい種目です。
卓球	子どもから高齢者まで取り組みやすい種目です。異世代の方とダブルスのペアを組んでプレーすると交流も深まります。
バドミントン	シャトルのスピードは球技の中でも最速の種目です。シャトルラリーを楽しみましょう。
ソフトバレーボール	アタックNO.1世代でもまだまだ活躍できる内容で開催しています。
ボクシングエアロビクス ハワイアンフラ ポールウォーキング バランスボール	体全体を使った全身運動で健康づくりにも非常に効果的です。
スポーツ玉手箱	ペタンクやラダーゲッターなどのニュースポーツを中心に行います。
ミニサッカー	それぞれの技量に合わせた指導で、サッカーを楽しめます。
その他 (各イベント)	1月 冬山の体験教室を1泊2日(別途参加費必要) 3月 ボウリング大会(別途参加費必要) ほかにも随時イベントを開催します。

## 全国大会出場

2025年全国卓球選手権大会(マスターズの部)(石川県金沢市)

出場種目 卓球

おだたかし  
小田幸士さん(越津町)



こくぶん ゆかり  
國分有加里さん(宇治町)



おおしまひでき  
大島英樹さん(百島町)

ささきけんじ  
佐々木健志さん(唐臼町)



# 津島市民総合体育大会 (秋季大会)

問合 社会教育課東公園整備推進室スポーツ振興G ☎55-9428

**開催日・競技種目・会場** 表のとおり

**集合時間** 開催当日午前9時までに各種目の開催会場へ

※軟式野球競技は午前8時30分、ボウリング競技は午前9時30分

**参加資格** 市内在住・在勤の方および市スポーツ協会会員の方

※2人以上の団体種目については、参加者の半数以上が参加資格を満たすこと

**申込** 9月1日(月)～19日(金)に所定の申込書に必要事項記載のうえ、参加費を添えて問い合わせ先へ。

**その他**

- ・雨天の場合は午前7時30分に開催決定をします。
- ・競技中における事故等については、応急処置は行いますが、その後の責任は負いません。

**主催** 市・市教育委員会・市スポーツ協会

**主管** 市スポーツ協会の各競技団体



## 種目別実施要項

種目	会場	参加費	部門および参加人員	競技上の規定および方法
<b>軟式野球</b> (一般の部) 開催日 10月18日(土) (予備日 11月1日(土))	市営球場	1チーム 2,000円	監督以下25人 ・一般の部	1. 2025年公認規則、全日本軟式野球連盟規定のルールで行う。 2. チーム数により抽選しトーナメント方式で行う。 3. ボールは各チーム2個マルエスボールを使用する。 4. 試合は7回90分とする。規定の回数・制限時間が過ぎても勝敗が決しないときは守備順の抽選で決定する。決勝戦のみ無死1・2塁でタイブレークを行う。 5. コールドゲームについては、5回7点。 6. 代表者会議は9月30日(火)の午後7時から錬成館で行う。
<b>グラウンド・ゴルフ</b> 開催日 10月18日(土) (予備日 11月1日(土))	東公園 グラウンド AB	中学生 100円 一般 200円	・男子の部 ・女子の部	1. 日本グラウンド・ゴルフ協会のルールに準じて行う。 2. 個人戦。 3. 16ホールを回り、合計打数の少なさを競う。 4. グループを分けて実施。
<b>相撲</b> 開催日 10月26日(日)	錬成館 (柔道場)	中学生以下 100円 一般 200円	幼児の部 小学生の部 ・1～6年の各学年別 中学生の部 ・1～3年の各学年別 一般の部	1. 日本相撲連盟競技会規定および審判規程に準じて行う。 2. 試合方法は、参加者数による。
<b>バレーボール</b> 開催日 10月26日(日)	南小学校 体育館	1チーム 2,000円	監督以下15人 ・一般女子の部 (9人制)	1. 令和7年度日本バレーボール協会競技規則に準じて行う。 2. トーナメント方式による。 3. 代表者会議は10月12日(日)の午後1時30分から錬成館で行う。

種目	会場	参加費	部門および参加人員	競技上の規定および方法
<b>テニス</b> 開催日 10月26日(日) (予備日 11月2日(日))	市営庭球場	一般 1チーム 400円	・男子ダブルス ・女子ダブルス	1. 日本テニス協会のルールに準じて行う。 2. トーナメント方式による。ただし、参加者数によってリーグ戦方式とする。
<b>空手道</b> 開催日 10月26日(日)	錬成館 (剣道場)	中学生以下 100円 一般 200円	・幼年の部(男女混合) ・小学生の部(男女別) ・中学生の部(男女別) ・高校生の部(男女別) ・一般の部(男女別)	1. (公財)全日本空手道連盟競技規定に準じて行う。 2. 組手競技、形競技2部門で行う。共にトーナメント戦、フラッグ方式で行う。
<b>バスケットボール</b> 開催日 11月2日(日)	藤浪中学校 体育館	1チーム 2,000円	監督以下16人 ・一般の部(男女別)	1. 日本バスケットボール協会競技規則に準じて行う。 2. 男子8チーム、女子6チームを抽選しトーナメント方式で行う(代表者会議で決定する)。 3. 代表者会議は10月3日(金)の午後7時から錬成館で行う。
<b>ボウリング</b> 開催日 11月2日(日)	サンガーデン ボウリング	高校生以下 100円 一般 200円	・中学生以下の部 ・一般の部(男女別)	1. JBルールに準じて行う。 2. デュアルレーン方式で行う。 3. 個人戦。 4. 1人3ゲームトータル得点で順位決定。 5. 年齢別HDCP制採用。 ※プレイ代 高校生以下900円、一般1,200円
<b>サッカー</b> 開催日 11月16日(日)・ 23日(日・祝) (予備日 11月30日(日))	《大会1日目》 生涯学習 センター 屋外運動場  《大会2日目》 東公園 グラウンドC  《予備日》 東公園 グラウンドC	1チーム 2,000円	監督以下16人 ・一般の部	1. 令和7年度日本サッカー協会規定のサッカー競技規則を準用する。 2. 参加チームは14チーム以内とし、15チーム以上の申し込みがあった場合は代表者会議で抽選を行う。 3. トーナメント方式による。 4. 試合時間は、30分-5分-30分とする。決しない時は、PK戦を行う。決勝戦のみ5分の延長戦を行い、それで決しない時は、PK戦で決定する。 5. その他、競技内容については、代表者会議にて説明する。 6. 代表者会議は10月25日(土)の午後7時から錬成館で行う。 ※参加チームは、申し込みと同時に審判員(有資格者)を2人確保し、選手登録の際に報告してください。 ※審判員(有資格者)2人を確保出来ないチームについては、10月5日(日)に津島市サッカー協会が行う審判講習会に必ず参加願います。
<b>ソフトボール</b> 開催日 【女子の部】 11月22日(土) (予備日 11月29日(土)) 【一般男子の部】 11月23日(日・祝) (予備日 11月30日(日))	東公園 グラウンド AB	1チーム 2,000円	監督以下15人 ・女子の部 ・一般男子の部	1. 日本ソフトボール協会競技規則に準じて行う。 2. トーナメント方式による。 3. 試合は7回戦とし、5回以降は10点差でコールドゲームとする。 4. 勝敗が決しない場合は打席順の抽選で決定する。 5. 代表者会議は10月31日(金)の午後7時から錬成館で行う。 6. 試合球は、各チームが持ちよる。

# 9月は認知症月間です

問合せ 高齢介護課地域包括ケアG ☎55-9471

日本では、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法(認知症基本法)」において、9月を「認知症月間」と定めています。

認知症基本法は、認知症の本人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会(=共生社会)の実現を推進することを目的としています。基本法では「新しい認知症観」が掲げられました。



## 「新しい認知症観」とは？

認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人ひとりが個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

## オレンジカフェ

認知症の方、ご家族、認知症ではない地域の方が気軽に交流できる場です。

市内に8カ所の認知症カフェがありますが、つしまオレンジサポーターの会が、津島市地域包括支援センターのサポートをうけて運営しています。

## つしまオレンジサポーターの会

認知症サポーターが力を合わせ、サポーター養成講座での寸劇や「オレサポ通信」の発行など、認知症の方と家族が安心して暮らせる地域を作ろうと活動をしています。また、オレンジカフェの運営も行っています。

## 認知症介護家族交流会

認知症の方または疑いのある方を介護している家族同士の交流の場です。

情報交換などにより、介護負担の軽減が図れるようサポートしています。月に1回、市役所で実施しています。今年度は、大家族交流会を11月11日(火)に開催予定です。マイクロバスに乗って、各地の交流会が集合するため、市外の認知症のご家族の方と交流ができる場となります。



## 認知症図書コーナー

市立図書館に行ったら、認知症に特化した本を集めたコーナーがあったわ。講演会やお知らせ等のチラシも置いてあってとても参考になったわ。



## 私のカルテ

No 4 4 7

## インスリン:糖尿病患者に対する「烙印(スティグマ)」について

津島市民病院  
内分泌内科主任医長三輪  
田  
勤

## インスリンとは

私たちが健診を受けるとき、多くの人は糖尿病があるかどうかを気にされると思います。実際、厚生労働省は現在治療中の糖尿病患者総数が約600万人であると発表しており、これは全人口の20人に1人に相当します。このような糖尿病患者の多くは飲み薬で治療されていますが、一方でインスリンというホルモン剤を自分でおなかから注射されている方もいらっしゃいます。

今回はこのインスリンというホルモンについて、そしてこのインスリンを用いた治療法について説明します。

## インスリンの歴史

インスリンとは血糖を下げる唯一のホルモンです。1921年にカナダのフレデリック・バンディングとチャールズ・ベストによって発見されました。それまでは体からインスリンが分泌されない1型糖尿病という病気の患者さんは不治の病とされ、ほぼすべての患者さんが20歳を迎えることなく亡くなられていました。しかし、インスリンの発見により合併症という問題を残しながらも、大幅に寿命を延ばすことが可能になりました。この発見によりバンディングらは、1923年にノーベル生理学・医学賞を受賞しました。

## 日本でのインスリン事情

一方、日本ではインスリンを安定的に製作する工場を作ることができなかったこともあり、インスリン療法が保険適応となるのは1980年と比較的最近のこととなります。当初は体内のインスリン分泌の流れを正確に再現することができないこともあり、うまく血糖を管理することができませんでした。しかし、1990年ごろに即効型インスリンが発売されるようになってから、血糖を厳密にコントロールすることが可能になり、合併症の発症率が大幅に減少するようになりました。

## インスリンはどのような人に使用されるのか？

インスリン療法は一度始めるとやめられないと考える方が多いと思います。ところが実際にはインスリン療法は病院内、外来のいたるところで使用されており、一時的に使用するのみである方が多いです。他方、どうしてもインスリン療法を必要とする方が一定数いらっしゃいます。どのような人かという「体からインスリンが分泌していない、または出ていても少量である」方々になります。中から分泌していないものは外から投与するしかないという考え方です。

## インスリンに対する誤解、

## 糖尿病患者に対する「烙印(スティグマ)」

私たちは外来でインスリンを使用されている患者さんから「インスリンをしていることを友人に伝えることができない」、「インスリンを外で打ちたくないから外食ができない」などの声をよく耳にします。このような声の背景には

- インスリンをしているということは糖尿病がすごく悪いのだろう
- だからこの人はきっと日ごろの行いが悪い、だらしない人だ

と思われるのではないかという気持ちがあると思われる。しかし、きちんとした生活習慣を送っていても、体から分泌するインスリンが不足しているためインスリン注射を必要としている方々は多くいらっしゃいます。日本糖尿病学会では、このように適切な糖尿病治療を妨げるような社会的偏見を糖尿病患者に対する「烙印(スティグマ)」と名付けています。そしてこのような「烙印」を感じることなく、インスリン療法を含む様々な糖尿病治療を適切に行えるような社会づくりを目指すことを提唱しております。このカルテがそのような社会を作る一助となれば幸いです。

## 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



**笑友**ちゃん(青塚町)  
令和3年12月生まれ  
パワフルげんきいっぱい!  
はなまるまんてん!  
おともだちとなかよくしてね!



**來音**ちゃん(東中地町)  
令和5年10月生まれ  
可愛い笑顔が  
チャームポイントです



LINEの友だち追加は  
こちらから



**利歩**ちゃん(良王町)  
令和6年6月生まれ  
りあちゃんめ1歳お誕生日  
おめでとう☆  
そしてありがとう♡



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。



## 津島警察署からの お知らせ 第73回

津島警察署 ☎24-0110

### 9月は、秋の全国交通安全運動が実施されます

9月21日(日)～30日(火)の10日間、秋の全国交通安全運動が実施されます。

9月は、月初めと月末の日没時間の差が最も大きく、日が暮れるのが急に早くなると感じる時期です。

日没の早まりとともに、交通事故が多発する夕方の5時から7時は“魔の時間”として注意が必要です。夕暮れ時にはドライバーの方は、速度を落とし、早めのライト点灯とハイビームを活用して安全運転に努めてください。

歩行者の方は、反射材の活用や明るい服装、自転車の方も早めのライト点灯で安全運転・安全行動に努めましょう。

### ホンモノの警察はSNSで連絡しません ニセ警察詐欺に注意!

警察官を名乗り、捜査などの名目で、犯人が指定する方法で送金をさせ、金銭をだましとる特殊詐欺被害が多発しています。

- ニセモノの警察官から連絡  
例:SNSでの連絡を指示される  
→警察はSNSで連絡することはありません
- 「あなたを逮捕する」  
例:警察手帳や逮捕状などの画像が送信される  
→警察は警察手帳や逮捕状など画像を送ることはありません
- 金銭を要求  
例:「捜査のためあなたの資産を調べます」  
「〇〇の口座に振込(送金)をしてください」  
→警察は捜査等の名目で金銭を要求しません

#### 被害を防ぐには

- 携帯電話機の発信信設定を正しく行いましょう
- キャリアの着信拒否サービスや電話着信規制アプリのご利用をおすすめしています



警察庁・SOS47  
特殊詐欺対策ページ



## ☺ こどもの目

### ふくし実践教室

ふくし実践教室で、車いすや白内しょうなどについてべんきょうしました。車いすの体けんでは、はやく動かし時や地しんなどのさいがいのでにげる時に動きにくくて大変だと思いました。白内しょうは、物が見えにくくなるから、不べんだなと思いました。

ふくし実践教室で、いろいろなことを教えてもらったから、これからは、お年よりや体の不自由な人を助けたいです。自分のおじいちゃん、

おばあちゃんにもやさしくしてあげたいと思いました。

もしも自分のおばあちゃんたちが車いすを使うようになったら、助けてあげたいと思いました。それに、白内しょうに、自分しんがならないようにして、おばあちゃんたちもならないでほしいです。

おばあちゃんたちのけんこうをねがっています。



蛭間小学校3年  
かきみはよと  
垣見颯人さん

## 今月のバランス献立

肉巻き酢豚  
玉ねぎのミルクスープ ねぎご飯



1人分 595kcal 塩分2.6g

### 肉巻き酢豚 材料(2人分)

豚スライス160g、麩10個、ごま油大さじ1/2、片栗粉大さじ1/2、ピーマン2個、ミニトマト4個、なす小1本、玉ねぎ1/2個、A(料理酒小さじ1、しょうゆ小さじ1)、B(しょうゆ大さじ1、ケチャップ小さじ2、砂糖小さじ1、酢大さじ1、水大さじ1)

### 作り方

- ①Aに豚スライスを10分程度漬け、麩を芯にして巻きつけ、片栗粉をまぶす。
- ②ピーマン、なす、玉ねぎはひと口大、ミニトマトは半分に切る。
- ③フライパンにごま油を熱し、①を焼き色がつくまで焼く。ミニトマト以外の野菜を加え炒め、火がとおったらミニトマトを加える。
- ④火がとおったらBを入れ混ぜ合わせる。

※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



『ボードゲームづくり入門』  
高橋晋平 著  
岩波書店

ボードゲームを作りたいと思ったことはありませんか。著者の高橋晋平さんは、全国の学校の「探究」の授業で、ボードゲームのつくり方を教えています。

この本では、ボードゲームの分析やルールの考え方、人に遊んでもらうためにはどうしたらいいのかを説明しています。

ボードゲームが、面白くなるための要素や遊び方を試行錯誤することで、失敗からの学び、成功に近づく経験が得られます。

皆で楽しく遊べるボードゲームをつくってみませんか。

『見たい、知りたい世界の学校』  
二宮 皓 監修 学事出版

『おにぎりぱく!』  
はらぺこめがね 作 白泉社

### 一般書



『マリー・アントワネットのお菓子』  
大森由紀子 著  
創元社

マリー・アントワネットが育ったハプスブルク家は宮廷菓子部門なる菓子製造所を備えており、彼女は大の甘い物好きだったそうです。

著者は、彼女の人生の折々に寄り添ったであろうお菓子たちを文献から拾い、当時の配合や作り方を現代風にアレンジしたレシピを紹介しています。

ハプスブルク家のお菓子から、革命期の食卓までの数々のお菓子の歴史を、宮廷文化や菓子職人、回想録や図版からたどった一冊です。

『イラストを活かす仕事図鑑』  
グラフィック社編集部 編 グラフィック社

『密やかな炎』  
セレスティン グ 著 井上 里 訳 早川書房

[ 9月の休館日 ]

23日(火・祝)

※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。



## 朝の体操で 元気ハツラツ

25・7・22(火)  
天王川公園

「みんなのラジオ体操」が開催され、この日は200人を超えるたくさんの方が参加し、早朝より体を動かし1日の良いスタートを切りました。

こどもから高齢者まで様々な世代の方が集まり、全部で3種類の体操を行いました。朝から元気に体操する姿は、その場にいるだけで元気をもらえるような夏の暑さにも負けないパワフルさを感じられました。

いつまでも元気に過ごすために、朝の運動を心がけ、心身ともに気持ちの良い1日を迎えましょう。



## 看護の道を 目指す君に

25・7・23(水)  
市立看護専門学校

令和7年度看護専門学校見学会が開催され、看護職に関心を持つ学生や社会人ら17人が参加しました。

入学案内やカリキュラムの説明のほか、ガーゼ交換や新生児への授乳などの看護着実体験、校舎見学、在校生との懇談会が行われ、看護学校での学びを実際に体験できる機会となりました。また市民病院で働く卒業生からのメッセージもあり、看護師として働くことのイメージを感じているようでした。



## 13人のこども記者 つしまの魅力に迫る

25・7・23(水)  
中日新聞名古屋本社

小学生が津島市内の各所を取材する「つしまこども記者プロジェクト」のキックオフイベントが開催され、13人のつしまこども記者たちが参加しました。

社内見学をした後、記者から取材のいろはを学ぶ講義を受け、今後実際にまちに取材に向いた時に必要な知識をしっかりと身に付けることができました。本プロジェクトの成果報告会は、10月12日(日)にヨシヅヤ津島本店で開催予定です。詳しくは、市政のひろば10月号に掲載します。



## 楽しく学ぶ 本で繋がるぼくらの夏

25・8・1(金)  
市立図書館

夏休みに図書館の仕事が体験できるイベント「一日図書館員」が開催されました。

参加したこども達はブックカバー付けや本の貸出・返却対応、配架の方法などを学びました。

こども達は真剣な表情で業務と向き合い、緊張しながらも来館者に丁寧に挨拶する姿が見られました。「これが最後だよ」という職員の声掛けに、活動の終わりを惜しむ様子が見られ、貴重な体験を通して、忘れられない夏の思い出の1ページを刻みました。



# 宵祭

灯された明かりで水面を照らしながら悠然と進むまきわら船の幻想的な姿は多くの来場者を魅了しました。



7月26日(土)・27日(日)

# 尾張津島天王祭

が開催されました!



# 朝祭

能人形を乗せて煌びやかな装飾に身を染めた車楽舟の優雅な姿は来場者の心を感動で満たしました。

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。