

スポーツ教室(硬式テニス)

日時 9月～10月の土曜日

9月3日、10日、17日、24日、10月1日、8日、15日、22日、29日(全9回・雨天順延)午前9時～11時

場所 市営庭球場

対象 高校生以上

定員 20人(定員になり次第締切)

受講料 4500円

申込 所定の用紙に記入の上、受講料

第11回愛知県市町村対抗駅伝競走大会津島市代表候補選手選考会

日時 8月28日(日) 雨天決行

午前10時出走(午前9時受付)

予備日9月3日(土)

場所 天王川公園

選考方法 種目ごとのタイムを参考に代表候補選手を選出

対象 平成28年9月1日現在、市内在住または在勤の方(小・中・高校生は、保護者の居住地から出場するものとする)

※ジュニアは、平成10年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方

※一般は、平成10年4月1日以前に生まれた

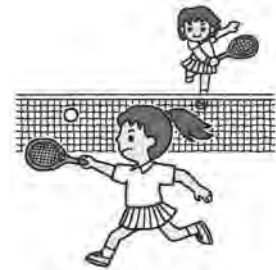
種目	距離
小学生男子	丸池周回1km(約1.3周)
小学生女子	丸池周回1km(約1.3周)
中学生男子	丸池周回3km(約4周)
中学生女子	丸池周回3km(約4周)
ジュニア男子	丸池周回4km(約5周)
ジュニア女子	丸池周回4km(約5周)
一般男子	丸池周回4km(約5周)
一般女子	丸池周回3km(約4周)
40歳以上(男女不問)	丸池周回4km(約5周)

※丸池周回1周=約0.75km

を添えて直接左記へ(土・日曜日は除く)。

問合せ 社会教育課スポーツ振興G

内線2285



方 ※40歳以上は、昭和51年12月3日以前に生まれた方

申込 所定の用紙に必要事項を記入の上、8月17日(水)までに左記へ。

問合せ 社会教育課スポーツ振興G

内線2284

テニス大会 会場:市営庭球場 主催:市テニス協会 後援:市教育委員会、市体育協会

大会名	開催日・時間	種目	対象	参加費等	申込期限	問合せ
第9回津島市チャレンジカップテニス大会	9月4日(日) 〔雨天予備日 9月11日(日)〕 午前9時	男子ダブルス(16組) 女子ダブルス(16組)	どなたでも参加 できます ※1	1チーム2,500円 (協会員1,500円)	8月18日(木) ※3の方法で	市テニス協会・浅野 ☎090-3953-9407 (問合せ時間午後7時～10時) 詳しくは市テニス協会 ホームページ参照
第14回津島市マスターズテニス大会	10月2日(日) 〔雨天予備日 10月9日(日)〕 午前9時	男女混合ダブルス (32組)	どなたでも参加 できます ※2	1チーム2,500円 (協会員1,500円)	9月15日(木) ※3の方法で	

※1 本年・前年で1位トーナメントに出たことがある方は出場できません。また、エントリー多数の場合お断りすることがあります。

※2 平成28年1月1日現在の年齢の合計が数え年で100歳以上(女性は10歳プラスして計算)

※3 申込方法(いずれか) ①市テニス協会ホームページ ☎http://www.tsushima-tennis.org/ ②市テニス協会ホームページ(携帯版)



位 出 場 経 緯
岩田正秀さん(本町)
県予選1

位 出 場 経 緯
大島英樹さん(百島町)
県予選1

位 出 場 経 緯
小田幸士さん(越津町)
県予選1

出 場 経 緯
吉川泰示さん(西愛宕町)
平成27年度全日本卓球選手権大会(マスターズ部)ベスト8

平成28年度全日本卓球選手権大会(マスターズの部)(北海道函館市)



全国大会出場



津田修司君 (東小学校6年生・埋田町)
出場経緯 第31回梅村春季水泳競技大会 参加標準記録突破による



梅北 聖君 (西小学校6年生・東中地町)
出場経緯 第17回津田チャンピオンズカップ 参加標準記録突破による

とびうお杯 第31回全国少年少女水泳競技大会(静岡県浜松市)

出場経緯 県大会 個人戦第5位

杉田遥菜さん (津島北高等学校3年生・愛西市)

平成28年度全国高等学校総合体育大会ソフトテニス競技大会・平成28年度全日本高等学校ソフトテニス選手権大会(岡山県備前市)
勝野あいりさん (津島北高等学校3年生・一宮市)

出場経緯 第70回愛知県高等学校総合体育大会(卓球)女子学校対抗(団体戦)優勝、女子ダブルス優勝、女子シングルス7位

平成28年度全国高等学校総合体育大会卓球競技大会・第85回全国高等学校卓球選手権大会(岡山県総社市)
大島奈々さん (愛知みずほ大学瑞穂高等学校1年生・百島町)



上滝萌夏さん (星城高等学校2年生・城山町)
出場経緯 県大会女子団体優勝

平成28年度全国高等学校総合体育大会空手道競技第43回全国高等学校空手道選手権大会(山口県長門市)



出場経緯 第11回愛知県少年少女空手道選手権大会 小学2年女子組手3位

上垣内万結さん (北小学校2年生・天王通り)

出場経緯 第11回愛知県少年少女空手道選手権大会 小学3年女子組手3位



第16回全日本少年少女空手道選手権大会(東京都足立区)
上垣内里帆さん (北小学校3年生・天王通り)

JAPAN CUP 2016チアリーディング日本選手権大会(東京都渋谷区) 清林館高等学校チアリーディング部
出場経緯 第21回中部チアリーディング選手権大会 総合6位

成績発表

(優勝者、市内関係者分のみ掲載、敬称略)

第37回錬成大会(剣道・柔道・弓道の部) 6月19日(日)錬成館

◇**剣道の部** 参加者304人

◇小学4年の部

長尾彩未(高台寺小)

◇中学女子3年の部

日比万貴(天王中)

◇高校女子の部

近藤菜摘(津島高2年)



◇**柔道の部** 参加者268人

◇小学男子5年の部

金谷桔龍(神島田小)

◇中学男子2年の部

金谷海聖(暁中)

◇中学女子1・2年の部

野口純花(藤浪中2年)

◇中学女子3年の部

成田ひかる(暁中)



◇**弓道の部** 参加者197人

◇高校女子の部

浅野結衣(津島高2年)

◇一般男子の部

後藤優介(津島弓道会)

◇一般女子の部

今見治代(津島弓道会)



こちら消防署 119番
第184回

 つけましたか?住宅用火災警報器
 消防本部予防課
 ☎23-0419

火遊び・花火による火災の防止

子どもの火遊びや火災による子どもの死傷事故が後を絶ちません。事故をなくすためには、日常生活で火を使う機会をとらえて、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。

子どもの火遊びによる火災の特徴と対策

大人がいない時や人目につきにくい場所が発生することが多く、このために火災の発見が遅れたり、初期消火が困難になるなどして火災が大きくなることがあります。

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、日頃から子どもたちに火の恐ろしさや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子どもの手の届くところに置かない。
- ・ 子どもだけで火を取り扱わせない。

- ・ 子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。
- ・ 子どもだけを残しての外出はしないようにする。

花火遊びのルール

日本の夏の風物詩といえば花火です。夜の闇に輝く色鮮やかな光のアーチは、昔も今も見ると人の心を捕らえて離しません。

しかし、安易な取り扱い方をすると火災や火傷などの原因となることがあります。ルールを守って楽しく花火で遊ばしましょう。

- ・ 風の強い日は避ける。
- ・ 燃えやすい物が無い場所でする。
- ・ 注意書を必ず読む。
- ・ 水の入ったバケツなどを用意する。
- ・ 子どもだけで花火をしない。

子どもたちだけではなびはやめましょう。



- ・ 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を忘れずにする。

「花火は、迷惑にならない場所と時間と後始末」

中央児童館で遊ぼう!						中央児童館 ☎26-3540		
行事名	開催日	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
水あそび	8月1日(月)~5日(金)	午前10時~11時30分	未就園児親子	当日受付	なし	館庭にビニールプールを用意します	無料	タオル 着替え
ベビーマッサージ	8月19日(金)	午前10時30分~11時30分	0歳児親子※1	8月8日(月)~	10組	お母さんのリラクセス法とふれあい遊び	500円	バスタオル 水分補給できるもの
ハイハイ広場	8月24日(水)	午前10時30分~正午	0歳児親子※2	当日受付	なし	身長・体重計測とふれあい遊び	無料	なし
8月生まれお誕生日会	8月26日(金)	午前11時~11時30分	8月生まれの未就園児親子	8月1日(月)~25日(木)	なし	手形と親子遊び	無料	なし
ボランティア祭	8月28日(日)	午前10時~午後3時	どなたでも	当日受付	なし	ゲーム・模擬店等あり	無料 <small>ゲーム・模擬店は別途必要</small>	なし

○開館時間:午前9時30分~午後5時(祝日の休館日を除く)。○児童館に貴重品を持ってこないようにしましょう。
 ○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1カ月健診後~満1歳ごろ ※2 生後4カ月ごろ~満1才ごろ

津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総人口…63,867人(-38)	市内の交通事故 犯罪 [6月]	事故発生件数…29件(151件)	市内の火災	6月……… 2件(11件)
	男……31,491人(-24)		うち死亡者……… 0人(0人)	()内は平成28年中の累計	
	女……32,376人(-14)		犯罪発生件数…47件	救急車の出動件数	6月… 219件(1,379件)
	世帯数…25,825世帯(±0)		()内は平成28年中の累計		()内は平成28年中の累計
	7月1日現在、()内は前月比				

院長
コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

41

地域医療構想の課題



6月19日、「第10回 地域医療を考える市民の集い」が、市民病院で開催されました。いつもお世話になっている「海

部地域医療サポーターの会」が主催する勉強会でした。今回は「地域医療構想とは？」というテーマで、海南病院の山本院長に講演をしていただき、全体でディスカッションをするという内容でした。私は司会をさせていただきました。理解しにくいところもありましたが、なかなか活発な質疑応答ができたと思っています。

現在進められている医療提供体制改革の大きな柱は、「地域包括ケア」の推進と「地域医療構想」の策定であることは、よく知られています。

地域包括ケアシステムとは、地域の実情に応じて、高齢者が、可能な限り、住み慣れた地域でその能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、医療・介護・介護予防・住まい、自立した日常生活の支援が包括的に確保される体制のことです。

ところで地域医療構想とは、二次医療圏を基本とした構想区域ごとに、病床の医療機能別の将来の必要量を推計し、それと各医療機関の現状や今後の

方向性に関する意向を照らし合わせ、現行の病床を望ましい方向に導くために都道府県が策定する構想であります。病床の医療機能は、高度急性期、急性期、回復期、慢性期の4つに区分されています。

愛知県では、先般6月27日に海部圏地域医療構想調整ワーキングをおこない、地域医療構想の素案について海部構想区域の医療課題として説明され、出席者と意見交換がありました。県のホームページでも公開されるそうです。津島市民病院としては、年間4000台以上の救急車を受け入れ、二次の救急病院として運営していることなどを説明し、今後の決めていく方法について質問させていただきました。

先の市民の集いでも述べさせていただきましたが、津島市民病院は、現在急性期の病床は307床で、救急入院から一般的な検査、手術などの入院に対応しています。ここでは、平均在院日数は14日を越えないように運営しています。また、緩和ケア病棟は18床あり、悪性腫瘍などで入院管理が必要な方に対応しています。回復期リハビリテーション病棟は47床あり、脳梗塞や大腿骨折などで、引き続きリハビリテーションが必要な方のために運営しています。必要なら90日まで入院できますが、平均的には60日くらいで目的が達成され退院される方が多いようです。また、この3月から地域包括ケア病床も48床運営しています。

津島市民病院としても、この地域の中の役割を認識しつつ、病院の運営に努めます。また、行政や地域の医療、介護の皆さまとも協力して、地域包括ケアシステム、地域医療構想に貢献していきたいと考えております。

今月のバランス献立

冷麦のラタテウユかけ
鶏肉の香草焼きと野菜のグリル
とうふ白玉 1人分 549kcal 塩分1.4g



冷麦のラタテウユかけ

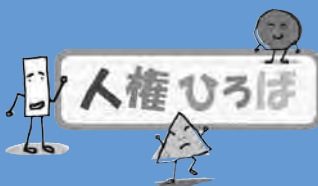
材料(2人分)

冷麦140g、カットトマト(缶詰)140g、ズッキーニ1/4本、玉ねぎ1/4個、パプリカ1/2個、にんにく少々、オリーブオイル小さじ1、こしょう少々、ケチャップ大さじ2

作り方

- ①にんにくはみじん切りに、ズッキーニは5ミリ厚の半月切りに、パプリカと玉ねぎは1cmのみじん切りに切る。
- ②フライパンにオリーブオイルをいれ、ニンニクを加えて熱し、香りが出たら野菜を加えて炒める。
- ③②にカットトマトを汁ごと入れ、ケチャップをいれ、煮詰め、こしょうで味を整える。
- ④鍋にたっぷりの湯を沸かし、麺をゆでる。表示とおりにゆであがったら、水洗いして水をよくきる。
- ⑤皿に麺を一口ずつに取り分けて、全体にラタテウユをかける。

※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。また市公式ホームページにも掲載しています。



人権ひろば
人権推進課人権同和・男女参画G
内線2271

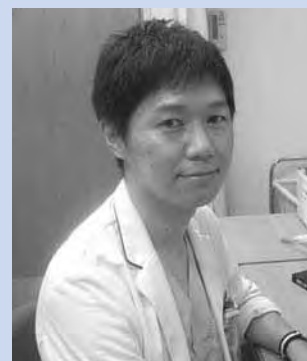
同和問題について

同和問題は、「同和地区」や「被差別部落」などと呼ばれる地域に生まれたり、そこに住んでいるだけで差別されることがあるという重大な社会問題をいいます。歴史的過程で形づくられた身分制度に由来すると言われています。津島市では、平成16年に初めて「津島市人権施策推進プラン」を策定し、同和問題を人権課題の重要な柱として位置づけ、その解決に向けた取り組みを積極的に行っています。

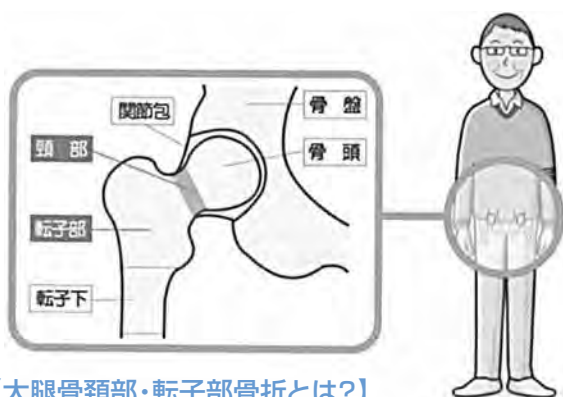
しかしながら、平成26年度に実施した市民意識調査の結果を見ると、結婚について「差別はあると思う」と回答した人が約6割を占めており、結婚についての差別の実情がうかがえます。また、同和問題の解決に対する考え方については「基本的な人権にかかわる問題だから、自分も市民の一人としてこの問題の解決に努力すべきだ」と思う」と回答した人が約3割であり、市民一人ひとりの意識改革が重要です。

平成27年度には津島市人権施策推進プランを改訂し、引き続き同和問題の正しい理解により意識改革が図れるよう、講座や講演会の開催、広報紙やホームページへの掲載などにより、人権教育啓発活動に取り組みます。

だいたいこつけいぶ てんしぶ
 大腿骨頸部・転子部骨折について



津島市民病院
 整形外科医師
 松村成毅



【大腿骨頸部・転子部骨折とは?】

太ももの付け根にある大腿骨頸部と呼ばれる部分に起こる骨折を大腿骨頸部骨折、転子部と呼ばれる部分に起こった場合を、大腿骨転子部骨折と呼びます。いずれも、主に転倒などによって太ももの付け根を強打した際に起こることが多く、年間15万人以上に発生しています。特に70歳以上の高齢者に多く見られ、男性より女性に多く起こります。今後高齢化がさらに進むにつれ、患者さんが増えると考えられています。

【原因は?】

骨粗鬆症によって、骨の強度が低下してしまったことが原因です。特に女性は、長生きだからという理由もありますが、女性ホルモンの1つであるエストロゲンの分泌量が減る更年期以降、急激に骨密度が減っていきます。

【症状・診断】

太ももの付け根に激痛を伴い、立つことや歩くことができなくなります。ほとんどがエックス線検査で診断できますが、それでも分からない場合には、MRIや骨シンチグラフィなど、他の画像検査も行います。

【治療法】

患者さんが手術に耐えられる状態と予想される場合には、なるべく早期に手術による治療を行い、リハビリテーションを開始することが推奨されています。

【日常生活への影響は?】

高齢の患者さんに起こることが多いため、骨折そのものの症状だけでなく、その後の経過も問題となります。なぜなら、高齢の患者さんは一度寝込んでしまうと、筋

力が弱くなって歩けなくなり、そのまま寝たきりになってしまう人が少なくないからです。介護が必要となる状態を招く要因として、転倒・骨折は上位になっています。

【どんな人がなりやすいの?】

- ・骨密度が低い(骨粗鬆症)
- ・親が大腿骨頸部・転子部骨折を起こしたことがある
- ・喫煙習慣がある
- ・加齢
- ・向精神薬を使用している
- ・食事バランスが悪い
- ・運動習慣がない など

【日常生活で気をつけること】

高齢になれば、多くの人は筋力やバランス能力が衰え、転びやすくなります。まず取り入れたいのは、骨粗鬆症予防の三原則である「食事」「運動」「日光浴」です。骨の原料になるカルシウムや、骨の新陳代謝を助けるビタミンD・Kなど、骨の健康を守る栄養素をバランスよく食べること、骨密度の増加に効果のあるウォーキングやジョギングなどを日課にすること、そして適度な量の太陽の光を浴びて、ビタミンDの産生を助けることが大切です。

次に、家の中を転びにくい環境にしましょう。床にものを置かない、カーペットやマットレスの縁を固定する、電気コードを覆う、手すりを付けるといった対策が効果的です。外出の際には転びにくい靴を履き、転びやすくなったと感じたら杖を利用することも考えましょう。

転ばない生活術、骨折しにくい体づくりで大腿骨頸部骨折を防ぎ、健康寿命を延ばしましょう。



【おわりに】

骨粗鬆症の早期発見・早期治療は、転倒・骨折に伴う要介護状態を予防する、最も有効な対策です。骨粗鬆症が心配な方は、整形外科にご相談ください。