

☺ 子どもの目

「この夏休み、私が成長したこと」

この夏休み、私が成長したことは、母や、祖母の手伝いでいっしょに料理をし、一人でも料理ができるようになったことです。

今までは、茶わんを運ぶことしかやってなかったけれど、夏休みになってから、料理も手伝うようになりました。それは、みんなが私の作ったご飯を、おいしそうに食べるのを見て、作って良かったな、これからもご飯を作ろうと思ったからです。もう一つの理由は、料理を作る楽しさが分かったからです。何度もやっていくうちに、野菜を切る

スピードが速くなったり、もっと細かく切ることができるようになったりして、どんどん手際が良くなりました。

また、かたづけながら作業を進めるようになったので、母に、ほめられるようになりました。この夏はとても暑かったのでよく冷しゃぶを作りました。ゆですぎでもだめだし、取り出すのが早すぎてもだめだったので、むずかしかったけれど、おいしく作ることができました。

これからもいっぱいお手伝いをして、料理のうでをみがきたいです。



西小学校 5年
細田 愛稀 さん

ほんのひととき

市立図書館
☎ 25-2145

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



『ふたりはとっても本がすき!』
如月かずさ 作
いちかわなつこ 絵
小峰書店

チーターのチッタちゃんは本を読むのがだいすき。今日も図書館で十さつの本をかりて帰ろうとすると、おなじクラスのカバのヒポくんにバッタリ。ヒポくんは、今かりている一さつの本をもう一度かりるんだって。せっかちなチッタちゃんは大びっくりです。

はやく、たくさん読むチッタちゃんと、ゆっくり、じっくり読むヒポくん。正反対の二人はやがて本を通じてともだちになります。本はひとりですむのも楽しいけど、読んだ本の感想や、おすすめの本をともだちと話すと、もっと楽しくなります。

『月とアポロとマーガレット 月着陸をささえたプログラマー』
ティーン・ロビンズ 作 ルーシー・ナイズリー 絵 評論社

『まなぶ』 長倉洋海 著 アリス館

一般書



『神社とお寺
おいしいお詣りスイーツ』
大浦春堂 著
講談社

神社やお寺へ参拝に行くと、参道に「お詣りスイーツ」を売るお店が並んでいます。参拝の記念やお土産に買って帰ったことがある方も多いのではないのでしょうか。

参拝で甘いお菓子を食することは昔から続く楽しみごとであり、贅沢でもありました。本書では、参道の名物菓子の歴史とともに、社寺についても写真を交えて解説。また、伊勢神宮の「赤福」、浅草寺の「人形焼」と並んで、津島神社の「あかだくつわ」も紹介されています。神社やお寺に参拝に行く「もう一つの楽しみ」を探してみたいかがでしょう。

『ホーキング、最後に語る』 スティーヴン・W・ホーキング 著 早川書房

『時をあやつる遺伝子』 松本顕 著 岩波書店

[11月の休館日]

5日(月)~16日(金)の特別整理期間
27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。

保存版 誠実で創業60余年の信用と実績

「ゴミでお困りでは
ありませんか?」
安全で安心価格の当店へ!

- 遺品整理 (遺品整理士認定協会加入)
- 転居引越し・ゴミ処理処分
- 一般廃棄物 (店舗や家庭などから出るゴミ) 処理
- 産業廃棄物 (工場などから出るゴミ) 処理
- 家屋解体・機械などの重量物撤去

ISO14001 認証取得企業

- 一般廃棄物・産業廃棄物許可
・建設業・古物商
- 遺品整理士認定協会

お気軽にお電話ください!
遺品整理士がお見積りします
見積り無料



サトマサ 株式会社

☎ (0567)28-3103

〒496-0045 津島市東柳原町1-26
http://www.satomasa.co.jp



架空請求詐欺
コンビニ決済で支払いさせる
手口の特徴

平成29年中、愛知県内での有料サイト使用料を請求するメールや「総合消費料金の訴訟最終告知」などと訴訟関係費用を要求するハガキに記載された連絡先に電話し、コンビニ決済で支払うよう指示された被害を分析しました。

特徴

①10万円以上の被害が全体の約98%を占めていました。コンビニ決済1件の限度額は30万円です。

②30万円以下の被害を分析すると、一度の手続きで支払った額は、10万円20万円、30万円とキリの良い金額が86%を占めていることが分かりました。

コンビニ決済とは

◎電話でコンビニ決済の支払いを指示された金額は10万円以上。
↓必ず相談してください。

◎支払金額がキリの良い金額？
↓レジに表示される金額は必ず確認してください。

コンビニ決済とは

インターネットで買い物をした際の支払い方法で、コンビニで支払い手続きするものです。店内設置の端末を操作して11桁の番号を入力して出力されたレシートをレジで支払う場合や、レジで13桁の番号を伝えて支払う場合があります。

夕暮れ時の交通事故防止

11月は、夕暮れ時の16、17時台に死亡事故が多発しているほか、特に歩行者は17時台に死傷者が多い状況にあり、昨年のこの時期、津島警察署管内でも高齢の歩行者が亡くなる死亡事故が発生しました。

この時間帯における歩行中死傷者のほとんどは反射材を着用しておらず、買い物や散歩の途中で多く被害に遭っています。

歩行者の方は、明るい服装と反射材の着用を心がけ、事故に遭わないように気を付けましょう。

また、夕暮れ時は視認性が低下しますので、ドライバーの方は早めにライトを点灯し存在をアピールするほか、速度を控え、歩行者や自転車の方を見かけたならその動きに気を配るなど安全運転に努めてください。

「年末の交通安全県民運動」の実施

12月1日(土)から10日(月)までの10日間、「年末の交通安全県民運動」が実施されます。

詳しくは、津島警察署交通課(☎24-0110)または、愛知県ホームページ(<http://www.pref.aichi.jp>)をご覧ください。

市民病院を知ろう ⑮
救急看護認定看護師編

今回は、救急看護認定看護師について、シニアプロモーション課職員が救急看護認定看護師である田坂副主任看護師にお話を聞いてきました。

Q. なぜ救急看護認定看護師になろうと思ったのですか。

A. 看護師として経験を積んで「自分が行う看護が患者さんにとってどんな意味があるのか」と考え、医師の診療補助だけでなく患者さんに寄り添った意味のある看護を提供したいと考えたからです。また、救急看護は一つの病気に特化せず病院内だけでなく、救急対応を必要とする患者さんがいる全ての場面で必要となります。救急看護は看護の根幹であり、自身が専門的な知識や実践する力を身につけ質の高い看護を提供する事は、市民のためでもあると考えたからです。

Q. どのような活動をしていますか。

A. 現在は、救急外来と集中治療を必要とする部署にいます。救急看護の対象は、年齢や性別病気の種類も様々です。迅速な判断をするために、病院内の全ての人が「観る力・判断する力・行動する力」を身につける必要があります。職員への救命講習や、病気が悪くなる前に治療に繋がられるような

観察や看護の教育活動を行っています。また、災害拠点病院として必要なトリアージや災害看護の講習や地域の救急災害医療の講習会などで指導を行っています。

Q. 今後の目標を教えてください。

A. 認定看護師として自己研鑽に努めることはもちろんですが、市民病院として地域の救急災害医療がより良いものとなるように地域や行政などの関係機関との橋渡しの役割をし、地域の皆さんに「市民病院にきてよかった」と思ってもらえることです。

今回のインタビューでは、救急看護認定看護師は救急外来だけでなく、様々な場面で活躍していることが分かりました。



田坂副主任看護師による院内研修の様子

問合せ 市民病院管理課管理G

☎28-5151 内線2201

私のカルテ

No 3 6 7

大腸がんについて

津島市民病院
消化器内科医師とみだ
富田
あきひと
章仁**大腸がんとは**

大腸がんとは、大腸にできるがんのことで、結腸がんと直腸がんに大きく分けられます。日本人ではS状結腸と直腸にがんができやすいといわれており、S状結腸と直腸を合わせると全体の半数以上を占めています。

50～60歳代に多発

日本で1年間に新たに大腸がんと診断された人数は、2013年では男性は約7万人、女性は約6万人です。また、臓器別にみると、大腸がんは男性では3番目に、女性では2番目に多いがんとなります。50歳代から増え始め、60～70歳代の高齢者に発症しやすく、男女差はほとんどありません。

大腸がんの発生率は増加傾向にあり、男性では27,026人、女性は23,073人の方が大腸がんで亡くなっています(2016年)。大腸がんによる死亡数は、男性では第3位、女性では第1位です。この20年で大腸がんによる死亡数は1.5倍に拡大しています。

原因**食生活の欧米化が大きな増加要因**

最大の要因は食生活の欧米化と考えられています。昔と比べて肉類、卵、乳製品など、脂肪分や動物性たんぱく質の摂取が増える一方、腸内の調子を調べたり掃除をしたりする役目を果たす食物繊維などの摂取量が減少していることが影響しています。便が腸内に長時間とどまり、それだけ腸内の粘膜に発がん物質などが接する時間も長くなってしまいます。

食物繊維や緑黄色野菜を積極的に摂りましょう

穀類や豆類など植物繊維が多く含まれる食事を摂っていると大腸がんになりにくいという報告もあります。緑黄色野菜にも大腸がんの危険度を下げる効果があるといわれています。

アルコールは控え目に

アルコール飲料の習慣的飲み過ぎも大腸がんの原因の1つと考えられています。食生活は大腸がんのリスクファクターのひとつですが、食生活を改めればすぐに腸内の環境が変わる訳ではありません。効果が現れるまでには長時間を要します。ライフスタイルを改善する

と同時にがん検診を毎年受け、リスクを下げながら早期発見・早期治療を目指すことが重要です。

症状

進行すると、腹痛や出血、便秘や下痢、便が細くなる、残便感があるなどさまざまな症状が現れますが、排便時の出血で異常に気付くことが多いようです。肛門に近い場所の出血は赤く鮮明ですが、遠い場所では黒っぽく変色します。血液と粘液が混じっていることもあります。しかし、やっかいなことに「早期大腸がんには、症状がほとんどない」ということです。自覚症状がないからといって検診を受けないと考えるのは誤りです。

大腸がん検診の検査方法

男性女性ともに、40歳以上が検診の対象者です。大腸がんの危険年齢に差し掛かる40歳になったら、年に1回は便潜血検査による検診を受けておくと安心です。この検査はトイレで排便後、自分で便の表面と内部にギザギザしたプラスチック棒を接触させて、その棒を容器に入れて提出するというものです。便に血が混じっているかどうか調べ、目に見えないわずかな出血も検知することが可能です。

便潜血検査を受けることで、大腸がんによって死亡する確率を約60～80%減らせるという調査結果が報告されています。検査結果で潜血陽性となった場合は医師に相談し、大腸内視鏡検査を受けることとなります。

ポリープがあったら危険信号

内視鏡などの検査で腸内の壁が隆起したポリープが見つかったら、大腸がんの危険信号です。数mm程度の小さなものであればまず心配はなく、引き続き経過をみることになります。1cm以上の大きさになったものは切除し、早期の大腸がんの多くはこれで完全に治療することができます。

大腸がん治療は早期発見がカギなのです。皆さん勇気を持って毎年1年に1回は大腸がん検診を受けてください。

12月の母子健康診査、BCG予防接種、教室のお知らせ

場所・予約・問い合わせは保健センター

種別	日	受付時間(開催時間)	対象	定員	持ち物
HAPPYマタニティ(育児編)	9(日)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時50分)	妊娠中の方とその家族 内容:赤ちゃんの生活や特徴についての講話、お父さん向けに赤ちゃんのお世話の実習、お母さん向けにストレッチの実技	30人 予約制	母子健康手帳 ※動きやすい服装でご参加ください
離乳食前期	26(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分)	教室開催月に4～7カ月ごろになるお子さんをもつ保護者 内容:離乳食初期から中期のお話と試食など	25人 予約制	母子健康手帳
BCG予防接種	4(火)	午後1時20分～2時	生後1歳に至るまでのお子さん ※対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 BCG予診票
4カ月児健康診査	5(水) 19(水)	午後1時～2時 ※指定された時間	生後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
1歳6カ月児健康診査	13(木) 20(木)	午後1時～1時45分	平成29年5月生のお子さん ※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
2歳児歯科健康診査	6(木)	午後1時～1時45分	平成28年12月生のお子さん (3歳未満まで受診可)	40人 予約制	母子健康手帳、問診票 仕上げ磨き用歯ブラシ タオル
3歳児健康診査	14(金) 21(金)	午後1時～1時45分	平成27年12月生のお子さん ※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。

☆3歳児健康診査では当日会場で尿検査を実施します。

☆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、とびひ等にかかっている方は、医師の許可が出てからお越しください。

☆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、保健センターにお問い合わせください。

★あなたの健康づくりを応援します。★保健師・管理栄養士・歯科衛生士が担当します。

事業名	内容	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、保健師が相談をお受けします。	月～金(祝日を除く) 午前9時30分～11時
健康相談	生活習慣病など健康に関すること。 血圧・尿・体脂肪・喫煙度・ストレスチェック、HbA1c 簡易測定もできます。	月～金(祝日を除く) 午前9時～午後5時 ※要予約 ※電話相談可
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。	
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	
家庭訪問	ご家庭に訪問して、相談をお受けします。	
栄養相談	食生活に関する相談を管理栄養士がお受けします。	11月9日(金)、12月14日(金) ※要予約 ※上記以外の日程でも 相談可能

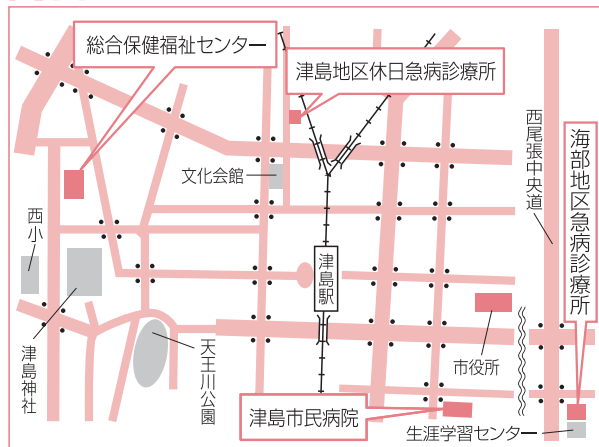
くすり安心電話

津島海部薬剤師会
会員が、緊急時の薬
の相談に応じます。

午後9時～翌日午前
9時

☎090-2136-3858

問合せ 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



津島地区休日急病診療所

内科・小児科
日曜日・祝日
午前8時30分～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 午後8時30分～11時
土曜日 午後6時～8時30分
日・祝日 午前9時～11時30分
午後1時～4時30分
午後6時～8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 荻原町字郷西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

つしま歴史・文化のまちづくり提案事業	催し	日時	場所	料金	問合せ
	氷室作太夫家住居を再発見するプロジェクト そのⅡ	11月10日(土) 午後1時30分	津島まちや・まちなみ再生機構事務所 (本町1-26)	500円	津島の宝物ひろめ隊 山口 ☎090-4257-0011



ちよこらぼ講座	催し	日時	場所	料金	問合せ
	3mリボンで作るクリスマスリボン	11月9日(金) 午前9時30分～11時30分	生涯学習センター	800円 (材料費込)	姫Labさごう ✉ misaki-to-nozomi@docomo.ne.jp
	パステルアート教室	11月14日(水) 午前9時30分～11時30分	生涯学習センター	500円	「光」平野 ☎090-8673-8404
	つしま自彊術(健康体操)未経験者無料体験	11月21日(水) 午前10時～11時30分	生涯学習センター	無料	つしま自彊術(健康体操)クラブ 疋田 ☎090-8550-2056
	世界のことばで遊ぼう	11月23日(金・祝) 午前10時～11時30分 12月8日(土) 午後2時～3時30分	生涯学習センター	無料	ヒッポファミリークラブつしま 谷川原 ☎090-7046-6216

問合せ つしま夢まちづくりセンター
☎58-4133

文化会館催しガイド	催し	日時	ホール	料金	問合せ
	新曲記念 深尾洋子チャリティー歌謡祭	11月18日(日) 午前9時20分	大	無料	深尾 ☎090-7617-4097
	第14回ダンス・ダンス・ダンスin津島	11月23日(金・祝) 午前11時	大	無料	恒川 ☎26-4782
	第44回名岳大会	11月25日(日) 午前9時30分	大	無料	山川 ☎052-461-2008
	第10回JAZZのタベ	11月30日(金) 午後7時	大	有料	津島市文化会館 ☎24-1122

(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。

となり街お出かけ情報	催し	日時	場所	料金	問合せ
	特別展「郷土の文化人のあしあと」	11月3日(土・祝)～12月2日(日) 午前9時～午後5時	蟹江町歴史民俗資料館 企画展示室	無料	蟹江町歴史民俗資料館 ☎95-3812
	たんぼくらぶ野鳥写真展	11月3日(土・祝)～11月25日(日) 午前9時～午後5時	弥富野鳥園 本館2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
	やとみ金魚アクアリウム & 深堀隆介展2018	11月9日(金)～11日(日) 午前9時～午後5時 (11日(日)のみ午後4時)	弥富市総合社会教育センター	無料	弥富市役所開発部 商工観光課 ☎65-1111(内線252)
	ふれあいフェスティバル2018	11月11日(日) 午前9時45分～午後3時30分	・総合福祉センター 希望の家 ・保健センター健康館 すこやかおほる	無料	大治町社会福祉協議会 ☎052-442-0990
	第13回弥富市文化芸術大会	11月11日(日) 午前11時～午後3時	弥富市総合社会教育センター 公民館ホール	無料	弥富市歴史民俗資料館 ☎65-4355
	どんぐり工作をしよう	11月17日(土)・18日(日) 受付:午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的ホール	無料	海南こどもの国 ☎52-1515
	野鳥撮影会	11月18日(日) 午前10時30分～正午	弥富野鳥園 保護地内	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
	第6回探鳥会	11月18日(日) 午後2時30分～4時30分	弥富野鳥園 保護地内	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
	つくってあそぼう～手づくりおんがくたい～	11月23日(金・祝)～25日(日) 受付:午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的ホール	無料	海南こどもの国 ☎52-1515
	第36回七宝新作品展	11月30日(金)～12月2日(日) 午前9時～午後5時 (※最終日は午後4時30分まで)	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 企画展示室	無料	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588

※開催時間、休館日、事業の詳細な内容は、問い合わせ先にお尋ねください。

津島市市長公室
企画政策課
☎55-9465

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。
 ※法律相談は、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。
 ※年金相談は、受付件数が限られています(番号札は、当日午前8時30分から配付)。

相談名	日時	場所	問合せ
行政相談	2日、12月7日 午前10時～正午	市役所1階相談室	人事秘書課 人事秘書G ☎24-1123
内職相談	1、8、15、22、29日、12月6日 午前10時～正午、午後1時～3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	相談日のみ ☎24-3456
心配ごと相談	9日 午前9時～正午 受付は終了時間の30分前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	相談日のみ ☎24-3456 社会福祉協議会 ☎25-8411
法律相談(要予約)	6、20日、12月4日 午後1時～4時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	相談日のみ ☎24-3456 社会福祉協議会 ☎25-8411
結婚相談	1、5、8、12、15、19、22、26、29日、12月3、6日 午前10時～正午 受付は終了時間の1時間前まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	相談日のみ ☎24-3456 社会福祉協議会 ☎25-8411
高齢者の健康相談	6、13、20、27日、12月4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	7、14、21、28日、12月5日 午後1時～3時	神島田祖父母の家	☎32-2151
認知症介護相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～午後4時	— (電話相談)	公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部 ☎0562-31-1911
家庭児童相談	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 3階家庭児童相談室	☎24-0350
年金相談	1、15日、12月6日 午前10時～午後3時	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)	13日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務課 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
相続・登記相談(要予約) ※ただし、相続税は除く	12月5日 午後1時～3時	津島商工会議所相談室	津島商工会議所 ☎28-2800
創業・第二創業個別無料相談 (要予約)	16、22日、12月6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・ 労働者金融相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～正午、午後1時～4時	— (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	22日 午前11時～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

津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総人口…… 62,720人 (-19) 男……… 30,968人 (+8) 女……… 31,752人 (-27) 世帯数… 26,168世帯 (+32) 10月1日現在、()内は前月比
市内の交通事故・犯罪 [8月]	事故発生件数 … 20件(177件) うち死亡者 …… 0人(1人) 犯罪発生件数 … 39件 ()内は平成30年中の累計
市内の火災	8月……… 2件(16件) ()内は平成30年中の累計
救急車の出動件数	8月……… 286件(2,203件) ()内は平成30年中の累計

今月の市税や料金など

納期限 平成30年11月30日(金)

国民健康保険税…第7期 介護保険料…第8期
 市営・改良住宅家賃、住宅新築資金等償還金、保育所利用者負担金…11月分
 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 県 民 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 8 期	第 9 期	第 10 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、三重銀行、愛知銀行、名古屋銀行、中京銀行、東海労働金庫、海部東農業協同組合、あいち海部農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)