

いつ来るか分からない災害に備えましょう

問合 危機管理課危機防災G ☎55-9594



9月1日(木)は「防災の日」 8月30日(火)～9月5日(月)は「防災週間」

「防災の日」は、大正12年に関東大震災の起きた日です。「防災週間」は、台風、地震などの災害についての知識を身につけ、備えをしてもらうために定められました。また市では、第3日曜日を「家庭防災の日」としています。ハザードマップを見るなど、ご家庭において毎月定期的に防災・減災について話し合い、災害に備えましょう。

身近な対策の例

- ・ 保存のきく食品や水等の家庭用備蓄品を備えておきましょう。
- ・ 防災訓練などに積極的に参加し、いざというときに備えましょう。

地震が起きたら

- ①まず身の安全確保を第一に
揺れを感じたら丈夫な机やテーブルの下に身を隠し、揺れが収まるのを待ちましょう。
- ②すばやく火の始末を
揺れがおさまったら、ガスの元栓を閉め、コンセントを抜き、火が出ていたら初期消火をしましょう。
- ③戸を開けて脱出口を確保
戸を閉めたままだと、建物がゆがんで出入口が開かなくなることがあります。玄関などの戸を開けて出口を確保しましょう。

避難所

- 避難所は8小学校を先行して開設します。
※避難所・避難場所一覧、防災対策チェックリスト、家具転倒防止の方法など、市ホームページをご覧ください。

マイ・タイムラインを作ってみましょう

マイ・タイムラインとは、住民1人ひとりのタイムライン(防災行動計画)であり、台風等の接近による大雨によって河川の水位が上昇する時に、自分自身がとる標準的な防災行動を時系列的に整理し、自ら考え命を守る避難行動を手助けするものです。マイ・タイムラインは令和3年5月に全戸配布したハザードマップに入っているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

サイレン吹鳴のお知らせ

市では、防災の日に、防災訓練の1つとして県が行う「あいちシェイクアウト訓練」に連携して、サイレン吹鳴を次のとおり実施します。

日時 9月1日(木) 正午

吹鳴場所 市消防本部
市消防団(各分団車庫)

吹鳴方法 サイレン(1回)45秒

防災教室(前期)

毎月第3日曜日の家庭防災の日にあわせて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ます。

日時・場所・定員等 下表のとおり

対象 市内在住・在勤の方

申込 8月8日(月)～31日(水)に電話または直接問い合わせ先へ。

令和4年度は、前期(9月・10月・11月)、後期(12月・1月・2月)の合計6回の開催を予定しています。全ての回の参加をお勧めしますが、興味のある回のみに参加することも可能です。

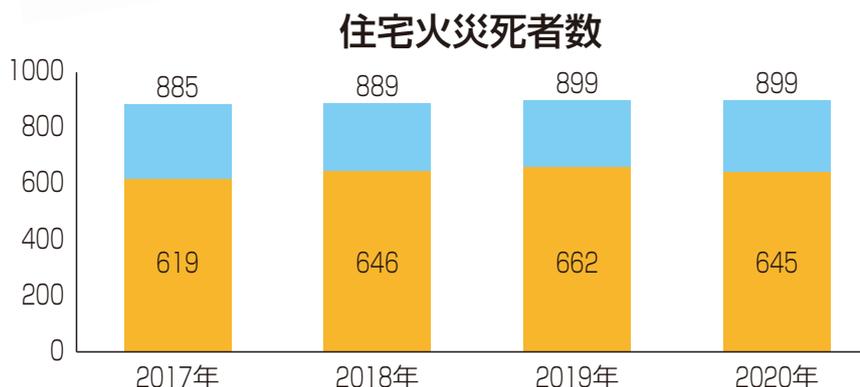
開催日時	テーマ	内容	対象	場所	定員
9月18日(日) 午前10時～11時	避難所生活を体験しよう	避難所用テントや段ボールベッド、簡易トイレ等の避難所用資機材を組み立てて避難所生活を体験します。	どなたでも	生涯学習センター小ホール	30人(先着)
10月16日(日) 午前10時～11時	地震に備えよう	大人は家具固定の仕方を学び、子どもは身近な物を用いた防災グッズを作成します。	どなたでも	生涯学習センター第1会議室	30人(先着)
11月20日(日) 午前10時～11時	3・11から学ぶ～追悼の鐘・心に響け～	被災経験者から生の声をお届けします。「福島県郡山市での地震・放射能の汚染体験」「宮城県多賀城市での地震・津波体験」	大人	生涯学習センター小ホール	50人(先着)



65歳以上のひとり暮らしの方へ 住宅用火災警報器購入費補助で 安心な生活を!

問合 消防本部予防課設備G ☎23-0419

全国で毎年600人以上(死者数の約70%)の高齢者が火災の犠牲になっています。



65歳以上の死者数

住宅火災では「逃げ遅れ」が原因で死亡するケースが非常に多く、中でも寝ている時に犠牲となる危険性が高くなっており、死者の約7割が65歳以上の高齢者となっています。



消太
(全国消防イメージキャラクター)

逃げ遅れを防ぐために住宅用火災警報器の設置を促進します。
購入費の一部を補助することで設置率を向上させ、
死亡率ゼロを目指します。

補助内容



受付期間 7月1日～令和6年3月29日

1個につき住宅用火災警報器購入費用の2分の1に相当する額を補助します。※上限は3,000円 ※予算がなくなり次第終了します。

対象

- ・市内に住所を有し、本市において「ひとり暮らし老人」登録を受けている方
- ・「ひとり暮らし老人」に登録していない方は市役所高齢介護課で登録してください。

申込

市ホームページをご覧くださいか、
問い合わせ先でご確認ください。

取り付け支援も行います!

住宅用火災警報器の取り付けが困難な高齢者や障がい者世帯を対象に、消防職員がお宅を訪問し取り付けをお手伝いします。

ただし、電気工事が不要な機器に限ります。取り付けをする住宅用火災警報器は、ご自身でご用意ください。



院長 コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

76

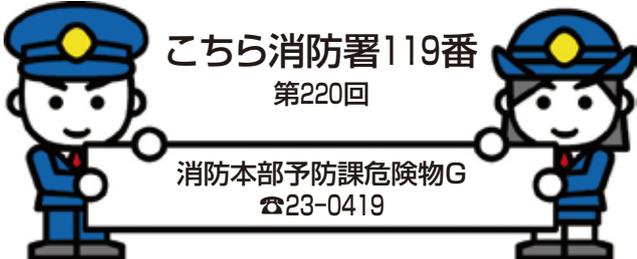


市民病院 院長 神谷里明

戦争と医療

日本国内では戦争が終わって77年が経とうとしています。しかし世界に目を向ければいたるところで戦争は起きています。戦争では人が傷ついたり、亡くなったりします。傷ついた人を治療するのは医療者の役割です。目的はその人の命を救い、傷を治し、元の生活または元に近い状態に戻れるようにするためです。しかし以前から考えていたことがあります。軍人を治療するとはどういうことなのかです。軍人を治療し元と同じ状態になればまた戦場に戻る可能性があります。そこでまた負傷したり、死に至る

こともあります。何のための医療か考えてしまいます。治療を必要としている人がいれば治療を施す。それは医師、看護師など医療従事者としては当然のことです。しかし当然のこともしてもその人がまた同じ危険を冒すような状態に戻ることが医療なのか？そこにジレンマを感じます。当然戦争が起きないことが1番です。しかし世界中で戦争のなかったことは20世紀以降なかったと思います。戦争を常に行っている世界が今そこにあります。医療に従事しているものとしては目の前の患者を救うことは当然ですが、そのような傷つく人が出ないようにするような活動も必要だと考えます。日本では8月15日がそのきっかけの日になると思います。もう今の時代子どもたちに前の戦争といっても第2次世界大戦は思い浮かばないかもしれませんが。まだ記憶のある大人が自分の経験や考え、気持ちを子ども、孫たちに伝えていかなければなりません。戦争のない時代を世界中の子どもたちが生きられるように願って。



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死傷事故が後を絶ちません。子どもの火遊びによる火災は、大人がいない時に発生することが多く、そのため火災の発見が遅れ、火災が拡大する要因にもなります。もし、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、日ごろから子どもたちに火の恐ろしさと火災予防の大切さを教え、理解させましょう。

大人が注意すること

- ・子どもだけを残して外出しない
- ・ライターやマッチを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
- ・火遊びをしているのを見かけたら注意する

夏の風物詩といえば、「花火」。

夕暮れになると、色とりどりの花火が私たちを楽しませてくれます。

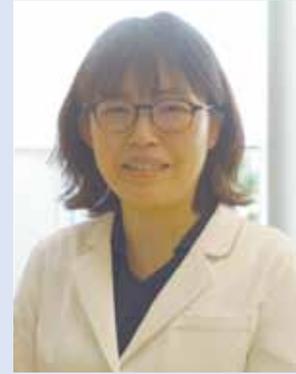
しかし、使い方を誤ると、気楽に楽しめる花火も、火災や火傷などの事故につながりかねません。

花火を安全に遊ぶために

- ・風が強いときは花火をしない。
- ・燃えやすいものがなく、広くて安全な場所を選ぶ。
- ・説明書をよく読み、注意事項を必ず守る。
- ・子どもだけでなく大人と一緒に遊ぶ。



- ・水バケツを用意し、使った花火は必ず水につける。
- ・後片付けも忘れずに。

津島市民病院
皮膚科医長熊野
友華

アトピー性皮膚炎

アトピー性皮膚炎とは

いくつかの原因が複雑にからみあって引き起こされる病気ですが、なかでもアレルギーを起こしやすい体質や皮膚バリア機能低下などにより炎症が起こる病気です。バリア機能とは、皮膚の1番外側にある角質が皮膚を保護したり、水分を保つ働きのことをいいます。そのため、外からのアレルゲン(ハウスダスト、ダニ)が皮膚の中に入り込みやすい状態になっています。

本来、侵入した細菌やウイルスなどから身を守るために働く免疫反応が、アトピー性皮膚炎の患者さんでは過剰に反応してしまいます。本来攻撃しないものに対しても不必要に攻撃することで炎症を起こしてしまいます。ほかにも、ストレスなどの心理社会的要因、不規則な生活、疲労、季節などが原因となりえます。

治療

スキンケア、薬物療法(外用薬、内服薬、注射薬)があります。

◆スキンケア

1. 皮膚の保湿
保湿剤(ヘパリン類似物質、白色ワセリンなど)で皮膚に潤いを与えます。
2. 皮膚の清潔
毎日の入浴・シャワーで皮膚を清潔に保ちましょう。
3. その他
爪を短く切り、なるべく掻かないようにすることが重要です。
衣類など直接肌に触れるものは、刺激の少ないもの(木綿)を選んでください。

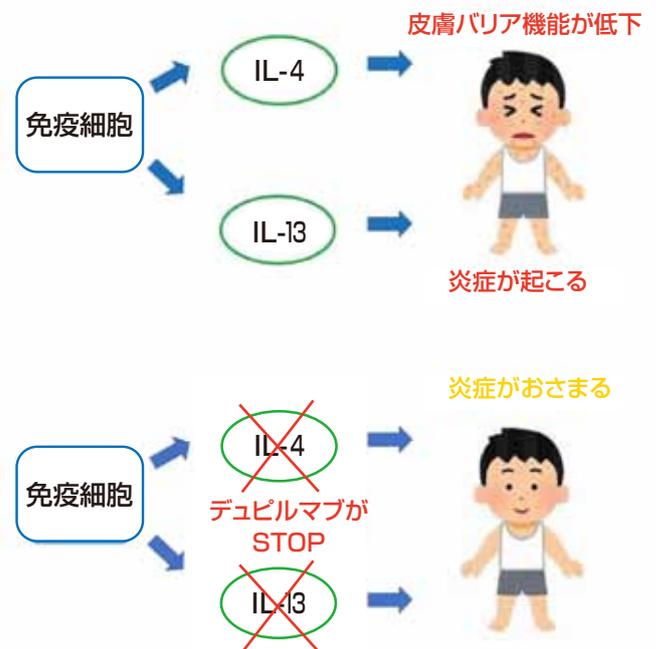
◆薬物療法

1. ステロイド外用薬
個々の皮疹に対して適切なステロイド外用薬を、悪化時は1日2回(朝、入浴後)使用することを基本とし、よくなったら1日1回、また間欠的に使用するなどし、ステロイド外用回数を減らしていきます。ほかにもタクロリムス外用薬やJAK阻害薬もあります。
2. 内服薬
かゆみで皮膚を掻いてしまうと皮疹の悪化をきたすた

め、抗ヒスタミン薬も有用です。

3. アトピー性皮膚炎の新しい治療薬

難治な症状の方に対して、2018年にデュピルマブという注射薬が発売されました。これはIL-4、IL-13というアトピー性皮膚炎の鍵となる化学物質の働きを抑えることで、炎症を抑え込むことができるという治療薬です。中等症から重症の方で使用することができます。ほかにも、内服薬のJAK阻害剤であるバリシチニブ、ウパダシチニブ水和物が使用できます。ウパダシチニブ水和物は12歳から使用することができます。治療費は高額療養費制度や付加給付制度の対象になります。



さいごに

アトピー性皮膚炎の治療の選択肢が広がり、個々の症状や生活スタイルによって治療が選べるようになってきました。また治療の基本となる外用剤の塗り方においても、塗る量の目安や塗り方にもポイントがあります。アトピー性皮膚炎で悩まれている方は、ぜひ一度専門医にご相談ください。

☺ 子どもの目

私が思う海の豊かさについて

SDGsを知っていますか。SDGsとは2030年までに、持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。私は去年、総合的な学習でSDGsについて学び、とても興味を持ったのでくわしく調べてみました。

特に興味をもったのが、14の目標、「海の豊かさを守ろう」です。海岸に打ち上げられたプラスチックごみを見たことがあります。実は、そのまま自然界に捨てられると、分解されず、ずっと

残るそうです。捨てられたプラスチックごみを食べてしまい、死んでしまっている生物がいることを知り、とてもおどろきました。ごみを減らすために私の家がしている活動は、2つあります。

1つ目は、マイバッグを持ち歩くこと。2つ目は、肉や魚のトレイ、ペットボトルなどをリサイクルに出していることです。

これからの世界のため、環境を守るためにSDGsの意味を理解し、自分にできることから活動していくことが大切だと思います。



西小学校 5年
おおはし ももこ は
大橋萌々葉さん

📖 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



「ヤングさんのオーケストラ」
なかえよしを 作
小池敏彦 絵
ポプラ社

ヤングさんは有名なオーケストラの指揮者です。大盛況だったある日のコンサートの後、「どうして、指揮者になられたのですか?」と新聞記者に尋ねられました。指揮者になったきっかけを思い出していくと、友だちがいなかった子どものころに音楽のすばらしさを教えてくれたおばあさんとの出会いがありました。大切な人の存在をすっかり忘れていたヤングさんですが、おばあさんとの「約束」を果たすため、必死でおばあさんを探します。ヤングさんは感謝の気持ちを伝えることができるでしょうか? まわりの人に感謝すること、そして感謝の気持ちを行動に移すことの大切さを教えてくれる絵本です。

「病院図書館の青と空」
令丈ヒロ子 著 講談社

「神社のえほん」
羽尻利門 作 あすなろ書房

[8月の休館日]

23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。

一般書



「小澤征爾、兄弟と語る音楽、人間、ほんとうのこと」
小澤俊夫 著
小澤征爾 著
小澤幹雄 著
岩波書店

六十年以上にわたり、世界を舞台に活躍してきた指揮者・小澤征爾。本書は、昔ばなし研究者の次兄・俊夫と、エッセイストでタレントの弟・幹雄の兄弟3人による「語りあい」により、自身と一家の歩みを振り返る内容となっています。

敗戦とともにすべての財産を失った小澤家でしたが、音楽の才能に恵まれた征爾に高価なピアノを買い与えるなど、子ども達には愛情と教育を惜しみなく与えました。今は亡き両親や早世した長兄・克己、そして恩師・齋藤秀雄や、山本直純ら音楽家仲間たちとの人間味あふれる思い出ばなしを、傍らで聴いているような気分になる作品です。

「短歌の時間」
東 直子 編著 春陽堂書店

「47都道府県日本全国地元食図鑑」
菅原佳己 著 平凡社

今月のバランス献立

鰹の南蛮漬け
トマトのスープ
枝豆とコーンのごはん



1人分 540kcal 塩分2.8g

鰹の南蛮漬け 材料(2人分)

鰹160g、油適量、玉ねぎ1/4個、ピーマン1個、しそ2枚、みょうが1/2個、A(3倍希釈麺つゆ大さじ2、酢大さじ2、水100ml 砂糖大さじ1)

作り方

- ①鰹はひと口大にそぎ切りをし、キッチンペーパーで水分をとる。アルミホイルに油を塗り、鰹を並べてオーブントースターで10～15分焼く。
- ②玉ねぎ、ピーマン、しそ、みょうがを千切りにする。
- ③Aをあわせて玉ねぎとピーマンをいれる。
- ④①を③に入れて30分以上冷蔵庫で漬ける。
- ⑤食べる前にしそとみょうがをかける。

※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。また市ホームページにも掲載しています。

動画でも公開中





くらしの安全
守ります

22・6・23(木)
中部電力津島営業所

津島市消防署と中部電力パワーグリッド株式会社による、初めての救助合同訓練を行いました。

まず電柱の登り方を教わる消防署員。障害物を避けながら安全に電柱を登るのは、体力も技術も必要であることを実感しました。

救助想定訓練では、「救助が到着するまでに現場でできることはありますか」「〇〇の協力をしてもらうことは可能ですか」等の意見交換が行われ、災害時の迅速な救助と電力の安定供給が両立できる方法を検討しました。



絵本に広がる
天の川

22・7・2(土)
市立図書館

市立図書館で「たなばた会」が開催され、七夕に関連する絵本の読み聞かせや、子どもが楽しめる手遊びが行われました。

七夕を間近に控えたこの日、参加した子どもたちは物語に真剣に耳を傾け、絵本の中の七夕の世界に胸を膨らませました。

会の最後、子どもたちへ短冊セットが手渡されました。子どもたちはどんな願いを短冊に託すのでしょうか。みんなの願いが天まで届きますように!



今年も天王川公園の丸池にスイレンが咲きました。うだるような暑さが続く中でも、可憐な白い花は公園を訪れる人たちを癒しているようでした。



今月の表紙
天王川公園の噴水では、初夏の日差しの中、水遊びをする子どもたちが気持ち良さそうにしていました。



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。