

12月の母子健康診査、教室のお知らせ

会場・予約先・問い合わせは保健センター

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止や内容の変更をさせていただく場合があります。

| 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) | 11(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、赤ちゃんのお世話の実習 | 30人 予約制 | 母子健康手帳 バスタオル |
| 離乳食教室 | 21(水) | 午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分) | 1歳未満のお子さんをもつ保護者 | 25人 予約制 | 母子健康手帳 |
| 4カ月児 健康診査 | 7(水) 21(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 バスタオル |
| 1歳6カ月児 健康診査 | 8(木) 22(木) | 午後1時10分 ～2時10分 ※指定された時間 | ※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 | 15(木) | 午後1時～2時 ※指定された時間 | 2歳以上3歳未満のお子さん ※対象者に個別通知をします | — | 母子健康手帳 問診票 タオル |
| 3歳児 健康診査 | 9(金) | 午後1時～2時10分 ※指定された時間 | ※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にて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 | 開催日時・場所 |
|----------------------------|---|---|
| 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・体脂肪・喫煙度・HbA1c簡易測定もできます。 | 月～金(祝日を除く) 午前9時～午後4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、 ひきこもりに関すること。 | |
| 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18日(金)、12月16日(金)※要予約 ※上記以外の日程でも相談可能 |

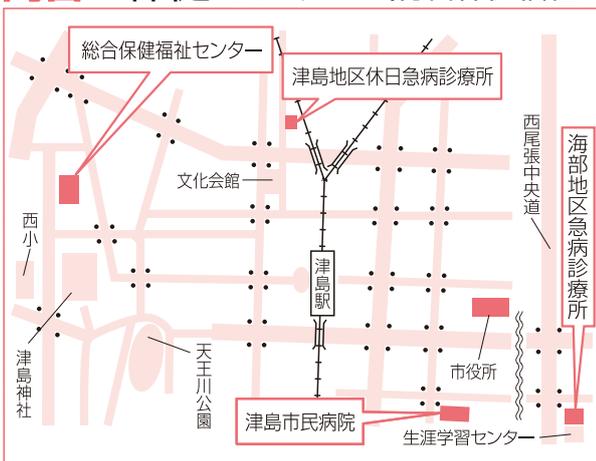
くすり安心電話

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～午前0時

☎090-2136-3858

問合 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

津島市民病院

所在地 橋町3-73

http://www.tsushimacity-hp.jp/

☎28-5151

海部地区急病診療所

内科・小児科
平日 当面の間、休診
土曜日 午前9時～11時30分
午後1時～4時30分
日・祝日

歯科 日・祝日 午前9時～11時30分
午後2時～4時30分

所在地 莪原町字郷西37

☎25-5210

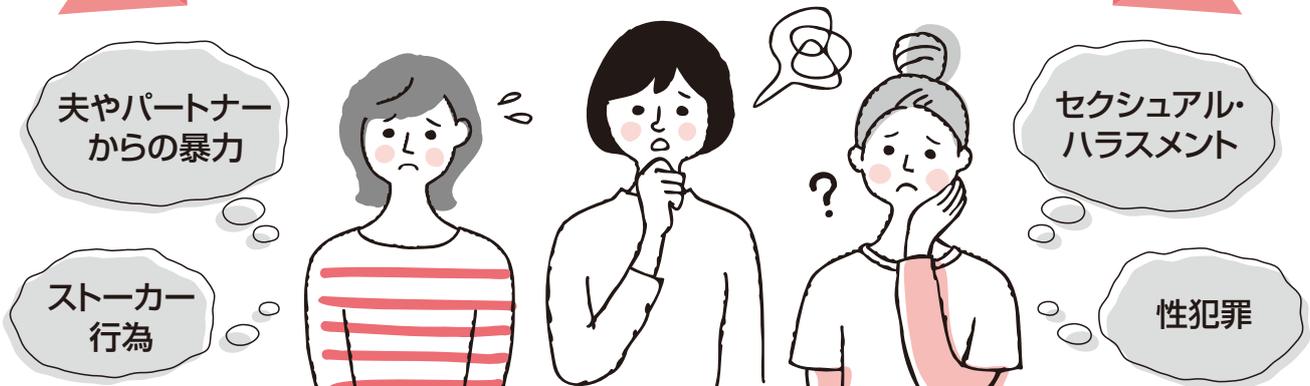
診療可能な病院を案内します

消防本部 ☎23-0119

救急医療
情報センター ☎26-1133

上記医療機関を受診される場合は、それぞれの時間外窓口事前に電話確認のうえ受診してください。

ひとりで悩んでいませんか？



暴力は、その対象の性別や加害者、被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。特に、配偶者等からの暴力、性犯罪、ストーカー行為、売買春、人身取引、セクシュアル・ハラスメント等女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していく上で克服すべき重要な課題です。

内閣府は、性犯罪・性暴力の根絶に向けて社会の意識を変えていくことを目的に、令和2年度から4年度までの3年間を性犯罪・性暴力対策の集中強化期間とし、令和4年度のテーマを「性暴力を、なくそう」としています。

『女性に対する
暴力をなくす運動』期間
11月12日(土)～25日(金)

性被害に遭遇してしまったら ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか。
性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター

性犯罪・性暴力に関する相談を受け付け、関係機関と連携し、産婦人科医療、相談・カウンセリング等の心理的支援、捜査関係の支援、法的支援等を行っています。

全国共通短縮番号 ☎#8103(ハートさん)

この番号にダイヤルすると、発信された地域を管轄する各都道府県警察の性犯罪被害相談窓口につながります。

DV相談窓口

人権推進課 予約不要、電話・面接どちらも無料

午前8時30分～午後5時15分(市役所閉庁日は除く)

問合 人権推進課人権同和・男女参画G ☎55-9364

『女性の人権
ホットライン』強化週間
11月18日(金)～24日(木)

強化週間中は、相談時間を延長し、全国一斉に電話相談を実施します。

相談時間

平日 午前8時30分～午後7時

土・日曜日・祝日 午前10時～午後5時

※強化週間外は平日の午前8時30分～午後5時15分

内容 夫やパートナーからの暴力、職場等におけるセクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為といった女性をめぐる様々な人権問題に関する相談ができます。

※相談内容の秘密は固く守られます。ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

相談専用電話 ☎0570-070-810

問合 名古屋法務局人権擁護部 ☎052-952-8111 内線1831

～広げよう支援の輪～

問合 津島警察署警務課 ☎24-0110



11月25日(金)～12月1日(休)は犯罪被害者週間です。犯罪被害者は、被害後に生じる問題(身体不調、経済的困窮など)に苦しめられています。犯罪防止や犯罪被害者の方のために何ができるかを考えていきましょう。

被害相談

警察では各種相談窓口を開設し、犯罪被害者からの相談に応じています。

| 相談窓口名・電話番号 | 受付時間 | 内容 |
|---|--|--------------------------------|
| 性犯罪被害110番 ☎0120-67-7830 #8103(短縮ダイヤル) | 終日 | 性犯罪被害相談 (#8103は一部の通信事業者は有料) |
| ハートフルステーション・あいち ☎0570-064-810 | 月～土曜日(祝日を除く) 午前9時～午後8時 | 性犯罪被害者のための ワンストップ支援センター |
| ふれあいコール ☎052-561-0184 | 終日 | 列車内の痴漢被害相談 |
| 被害少年相談電話 ☎0120-7867-70 | 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時 | 犯罪やいじめ等の 少年の被害に関する相談 |
| ストーカー110番 ☎052-961-0888 | 終日 | ストーカー被害に関する相談 |
| 暴力団に対する相談窓口 ☎052-951-7700 | 終日 | 暴力団に関する相談 |
| ハートフルライン ☎052-954-8897 | 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時 | 犯罪被害者のための 心の悩み相談 |
| (公社)サポートセンターあいち ☎052-232-7830 (☎0570-783-554) | 月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後5時 (全国共通ナビダイヤル) 午前7時30分～午後10時 | 犯罪被害等に関する相談 |

犯罪被害給付制度

故意の犯罪行為によってご家族を亡くされたご遺族、重傷病を負ったり後遺障害が残った被害者の方に対して、何らかの公的救済や加害者側からの損害賠償を十分に受けることができない場合に、国が給付金を支給する制度です。詳しくは、警察署または警察本部住民サービス課にお問い合わせください。

今月のバランス献立

アスパラとベーコンの
クリームパスタ



1人分 510kcal 塩分2.9g

材料(2人分)

グリーンアスパラ60g(4本)、キャベツ80g(2枚)、ベーコン40g(2枚)、玉ねぎ30g、オリーブ油12g(小さじ4)、小麦粉8g(大さじ1)、A【牛乳100ml、顆粒コンソメ4g(小さじ1)、塩2g(小さじ1/2)、こしょう少々】、スパゲティ(乾麺)160g

作り方

- ①グリーンアスパラはピーラーで皮をむき、3～4cmの斜め切り、キャベツはひと口大のざく切りにする。
- ②玉ねぎはみじん切り、ベーコンは5mm幅に切る。
- ③フライパンにオリーブ油と②を入れ中火で炒める。しんなりしたら小麦粉を入れ焦がさないように炒める。
- ④Aを加えて、とろみがつくまで混ぜながら煮る。
- ⑤スパゲティを表示通りにゆで、ゆであがり1分前に①を加えて一緒にゆで、ザルにあげ、④に加え温めながら混ぜる。

※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



私のカルテ

No 4 1 3

画像検査のいろいろ

津島市民病院
放射線科医師木下知子
あしたともこ

CTとMRIの違い

はじめに

皆さんは病院に来た時、画像検査をする機会があるかと思います。レントゲンや超音波、CT、MRI、核医学など、様々な画像検査があり、それぞれ特性が異なります。中でも、CTとMRIは横になっている状態で筒状の機械に入る、という点で似ていますが、中身は全く異なります。この2つの検査のそれぞれの特徴について説明します。

CT検査

CTとは

CT(Computed Tomography)はX線をあてて、体の中のX線の吸収率の違いをコンピューターで処理し、輪切りにした画像になります。また、造影剤を使用することにより、病変と正常組織の濃度差をつけることで血管や病変の形態、性状などをより詳しく描出することができます。

検査時間

検査時間は5～10分と短時間で済みます。

長所

骨や肺の内部構造などを明確に描出することができます。また、短い検査時間で全身を評価することも可能です。体内にボルトやペースメーカーが入っていても検査が行えます。

短所

X線を使用するため、被ばくは避けられません。現在では放射線被ばくによる影響は非常に小さくなってきています。当院でも被ばく量を減らせるよう、工夫しています。

軟部組織(筋や靭帯など)の変化がMRIと比較するとわかりにくくなってしまいます。



CT

MRI検査

MRIとは

MRI(Magnetic Resonance Imaging)は強い磁石と電波を用いて体内の水素分子の動きを画像にしています。輪切りのみならず、任意の断面から画像を得ることができます。

検査時間

平均20～30分、長いと1時間ほどかかります。CTより長くかかることが多いです。

長所

磁力を用いる検査のため、X線による被ばくの影響はありません。また、磁力や電波で体に悪影響が出る可能性は限りなく低いとされています。

MRI検査では頭部や脊椎、四肢などの関節といった比較的動きの少ない部位の検査に向いています。もちろん他にも腹部などの臓器も見ることができます。また、MRA(MR Angiography)では、造影剤を使わなくても血管の画像を得ることができます。

短所

体内に金属(ペースメーカー等)が入っている場合、検査ができないことがあります。また、撮像時間が長いかかり、狭い場所で静止しているため、閉所恐怖症や安全性が保てない場合は検査が難しい場合もあります。電波の影響で体に熱がこもることがあります。そのため、一度に何力所も撮像することが難しく、検査する日を分けていただく必要がある場合があります。

おわりに

CTとMRIは似ているようで全く異なる検査です。それぞれにメリット、デメリットがあり、見え方や見たいものも違ってきます。画像検査をしましょう、となった際に、どういう検査をすることで、どういったことが分かるのかを知ること、より皆さんがご自身の体と向き合うことができれば幸いです。



MRI

都市計画道路の 変更に関する 都市計画案の縦覧

縦覧期間 11月11日(金)～28日(月)

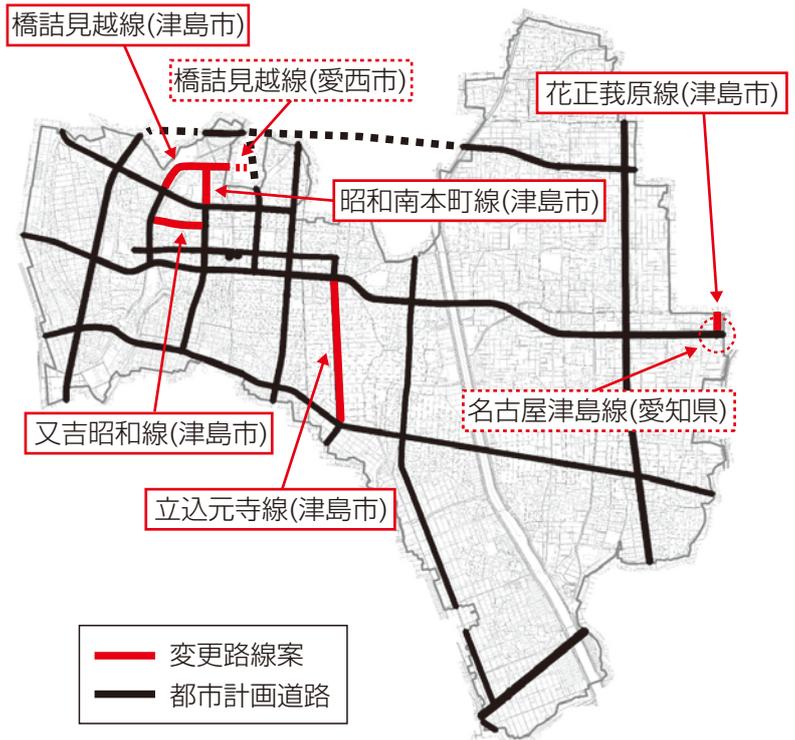
午前8時30分～午後5時15分
(土・日曜日、祝日は除く)

縦覧場所 都市計画課または市ホームページの「都市計画道路」

その他 住民や利害関係のある方は、縦覧期間中、意見書を出すことができます。

※同期間中、愛知県および愛西市の道路についても各窓口で縦覧を行っています。

問合せ 都市計画課マスタープラン推進室
☎55-9357



津島警察署からの お知らせ 第56回

津島警察署 ☎24-0110

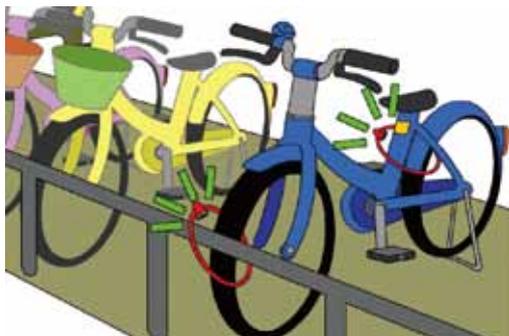
自転車、必ずカギかけて!

津島市内で盗まれた自転車は8月末で29台、これは昨年から約45%も増加しています。さらに、盗まれた自転車のうち約72%がカギをかけていませんでした。

自転車のカギは1つより2つ、チェーン錠などを取り付けてツーロックしましょう。

自宅敷地内でも安心できません。自転車盗難の44.8%は、戸建て住宅や共同住宅で発生しています。

自宅に帰ってからも、気を抜かずにキーを抜きましょう。



夕方の5～7(ゴーナナ)は“魔の時間”

日没時刻が早くなる時期です

これからの時期は、夕暮れ時、歩行者や自転車がみえづらくなることで、交通死亡事故が多く発生する傾向があります。特に夕方5時から7時は、交通事故が多発する“魔の時間”です。ドライバーの皆さん、早めにライトを点灯し、周りに自分の存在を知らせることが大切です。歩行者の皆さん、夜間に外出する際には、明るい服装と反射材を身につけましょう。

早めのライト点灯とハイビームを活用しましょう

11月のライト点灯目安は午後4時です。暗いと感じる前にライトを点灯しハイビームを活用しましょう(対向車や先行車がいる場合、下向きに切り替えるなど、ハイビーム・ロービームをこまめに切り替えましょう)。



全国大会出場

adidas

KARATE GRAND PRIX 2022
(大阪府大阪市)

さえき はやと
佐伯 颯さん

(神守中学校2年生・百島町)

出場経緯 穂の国チャレンジ空手道選手権大会において準優勝し、出場資格を得たため

令和4年度

全国高等学校総合体育大会
相撲競技大会(高知県高知市)

いせりきと
伊勢力都さん

(岐阜農林高等学校2年生・寺野町)

出場経緯 令和4年度岐阜県高等学校総合体育大会相撲競技団体の部において優勝し、出場資格を得たため



小学校最後の運動会

「絶対に勝つ!」そんな気持ちでのぞみました。

徒競走では、自分の番が近づくと、きんちょうが増していき、スタートに立つと、ふるえが止まりませんでした。きんちょうでスタートがおくれて、前に出られず、5位という結果になってしまいとてもよかったです。障害物リレーでは、気持ちを切りかえていどみました。ぼくは、アンカーで、1位、2位

😊 子どもの目

争いをしている、もうすぐでぬかせるという所までいたけれど、おしくもぬかせませんでした。とてもはくねつした戦いで、すごく楽しかったです。

運動会の勝敗は、引き分けという、平和な結果に終わりました。みんなと楽しく戦うことができたのでよかったです。中学年の部の運動会の運営もしっかりできたので、小学校生活最後にふさわしい運動会になりました。



神守小学校 6年
くろきゆうだい
黒木優大さん

📖 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



『すごいゴミのはなし』
滝沢秀一 文
学研プラス

ゴミの捨て方が環境問題につながることを知っていますか?例えばゴミを焼却する際、濡れたゴミは乾いたゴミより長く燃やす必要があり、二酸化炭素が多く出ます。

この本では、ゴミ清掃員として10年ゴミを回収した筆者が、ゴミについて分かりやすく紹介しています。環境を守るために、私たちにできることがたくさんあることを気付かせてくれます。

『だれでもかんたん!天気観察入門ビジュアルBOOK』
武田康男 写真 解説 東京書店

『ロケットペンギン』
中川ひろたか 文 ロケットくれよん 原案 北村 人 絵 世界文化ワンダークリエイト

一般書



『世界の研究者が調べたすごすぎる実験の図鑑』
カンゼン

「3秒ルール」をご存知ですか?食べ物を落としても、3秒以内であれば問題なく食べられるという迷信の一種です。アメリカの高校生クラークが調査した結果は…。

この本は、世界の研究者が行った様々な実験や研究を100個集め、検証結果を分かりやすくまとめたものです。なぜそんなことを調べようと思ったのか、とても真似できない実験など、思わず人に話したくなるような内容が盛りだくさんです。

『土砂災害の疑問55』
日本応用地質学会災害地質研究部会 編 成山堂書店

『東海高校・中学校 カヅラカタ歌劇団の奇跡』
鈴木隆祐 著 駒草出版

[11月の休館日]

7月~21日(特別整理休館日)
22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。

街角散歩



もっと見たい方は、こちらも要チェック!



津島の秋夜に灯る

22・10・8(土)
市内各所

秋の夜長に灯籠の灯りでライトアップされた市内を散策するイベント「尾張津島お月見灯路」が8日(土)～10日(月・祝)に開催されました。津島神社や市内寺院に設置された灯籠が優しく街中を照らし、訪れた見物客は秋の少しひんやりとした気候の中散策を楽しんでいました。

期間中はライトアップのほか、狐の嫁入り道中行列、地元学生によるプロジェクションマッピングも行われ、秋の夜を華やかに彩りました。



やってみると面白い!

22・10・9(日)
東公園

定番から珍しいスポーツまで16種目が体験できる「スポーツフェスティバル IN TSUSHIMA 2022」を開催しました。

「次どれ行く?」やったことのない種目に挑戦したり、好きな種目で腕試ししたりと、子どもも大人も夢中になって身体を動かしました。フアインプレーに歓声が上がったり、珍プレーに笑いが起きたりと、スポーツの楽しさを体験することができたようです。

だし
津島山車



神守山車



神楽



神守山車のお囃子



石採祭車



子供獅子

3年ぶりの開催 10月1日(土)・2日(日)

尾張津島 秋まつり

発行

津島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。



清掃事務所からのお知らせ



問合せ 清掃事務所 ☎(0567)26-4228

中身が入ったスプレー缶・カセットボンベの排出について



スプレー缶・カセットボンベは、必ず中身を使い切り、穴を開けて資源ごみの日に排出してください。穴を開けていないと、収集車の火災につながり非常に危険です。

なお、使い切れない、中身が残ったスプレー缶・カセットボンベの収集のため、6月、11月の有害ごみ収集時に、専用のカゴ(赤色)を用意します。

また、市役所、神守支所、神島田連絡所、総合保健福祉センターにも随時持ち込めるように専用のカゴを配置しています。

使用済小型家電の回収にご協力ください



使用済小型家電には、レアメタルなどの貴重な資源が含まれています。

市では、ごみの減量化・資源化を図るため、使用済小型家電の回収ボックスを設置しています。

回収品目 携帯電話・スマートフォン、電話機、携帯ラジオ、デジタルカメラ、ビデオカメラ、ポータブルDVDプレーヤー、携帯音楽プレーヤー、ICレコーダー、携帯扇風機、小型テープレコーダー、USBメモリー、電子辞書、ゲーム機、電子タバコ、ポータブルカーナビ、理美容機器、各種機器のリモコンやACアダプターなど

設置場所 市役所本庁舎1階、神守支所、神島田連絡所

注意事項

- ・回収機器は、回収ボックスの投入口に入る大きさのもの(30cm×30cm未満)が対象です。
- ・携帯電話、デジタルカメラなどに記録された個人情報、自己責任で消去の上、回収ボックスに投入してください。

家電製品等の無料回収業者に注意

家電製品等を無料で回収する行為は、市の許可を受けない違法行為です。これを利用すると、回収物の不法投棄につながるほか、高額な処理費を請求される恐れがあります。

違法無料回収業者のチラシや、巡回トラックでの回収を見つけた場合は、問い合わせ先へご連絡ください。

注意事項

テレビ、冷蔵庫、洗濯機、エアコン等の家電製品は、普段家電製品をお買い求めの家電量販店で有料の引き取りとなります(リサイクル料金および収集・運搬料金)。それ以外は、市の収集ルールに基づき排出してください。

一度に何点でも OK!!
無料回収 (不用品) いじりませぬ

回収日時 月 日 雨天決行!

このチラシを貼付して無料回収ご希望の家電製品を回収していただきます!
※回収品目には制限があります。詳しくは回収日時のご連絡ください。

| 品名 | 回収可能品目 | 回収不可品目 | 備考 |
|------|------------------|------------------|----|
| テレビ | 液晶テレビ、有機ELテレビ | ブラウン管テレビ | |
| 冷蔵庫 | 冷蔵庫 | 冷凍庫 | |
| 洗濯機 | 洗濯機 | 乾燥機 | |
| エアコン | エアコン | | |
| その他 | エアコン、冷蔵庫、洗濯機、テレビ | エアコン、冷蔵庫、洗濯機、テレビ | |

00金属 090-1234-5678