

速報!  
愛知駅伝

## 本番へ向けて 津島市代表チームが猛特訓中!

問合 社会教育課東公園整備推進室スポーツ振興G ☎55-9428

12月7日(土)に開催される「第17回愛知県市町村対抗駅伝競走大会(愛知駅伝)」に向け、代表チームは1つでも上の順位を目指し、日々練習に励んでいます。

市の代表として走る選手を、皆さんと一緒に応援しましょう!

### 大会開催日時

12月7日(土)(雨天決行) 午後0時30分ごろ(時間未定)

場所 愛・地球博記念公園内

その他 大会の様子は東海テレビで生中継される予定です。



◀合同練習の様子

## 世界大会出場

WFDF2024世界ガッツ選手権大会(オーストラリア)



ほった うみ  
◀堀田羽美さん(中地町)

うめはらゆうすけ  
梅原雄介さん(中地町)▶



出場種目 フライングディスク

## 全国大会出場

マルハンインビテーション大倉カップ  
第50回全日本選手権大会(東京都江戸川区)  
ふじた かいと  
藤田海人さん(天王中学校2年生・江西町)

出場種目 硬式野球



ISKA JAPAN GRAND PRIX2024  
世界大会出場権決定大会(東京都大田区)  
きもとこう き  
木本煌貴さん(西小学校5年生・瑠璃小路町)

出場種目 キックボクシング



文部科学大臣杯第48回全日本中学ボウリング選手権大会(稲沢市)

あさのみずき  
浅野水希さん(神守中学校2年生・莪原町)

出場種目 ボウリング

# 成績 発表

# 第60回 津島市民総合体育大会 (夏季大会)

## バドミントン(参加者62人)

### ◇男子ダブルス

1部

島山孝利・吉永正樹

2部

伊藤和彦・片野佑哉

### ◇女子ダブルス

1部

亀崎望愛・林 美緒

2部

鈴木唯花・藤川みき

## ソフトテニス(参加者164人)

### ◇小学生の部

堀 舞夏・服部莉乃愛(津島ジュニア)

### ◇中学生以下男子の部

猿渡 禅・竹内瑤太(津島ジュニア)

### ◇中学生以下女子の部

北川 蘭・日比野咲希(津島クラブ)

### ◇一般男子の部

鈴木翔太・安井碧葉

### ◇一般女子の部

浅井菜津美・浅井真由美

### ◇壮年の部(45歳以上)

垣見啓之・浜口純治

## 卓球(参加者146人)

### ◇個人戦

中学男子の部

澤野幹太(藤浪中3年)

中学女子の部

糸魚川子依(天王中3年)

一般男子の部

大島英樹

一般女子の部

大島麻美

## 軟式野球

(参加チーム2チーム、参加者30人)

### ◇学童の部

津島JBC

## 柔道(参加者39人)

### ◇小学生の部

1年の部

日比野有希(東小)

3~5年女子の部

後藤悠衣(津島柔道会)

5年男子の部

宮下英三(神島田小)

6年の部

山田尋登(神島田小)

### ◇中学生の部

1年男子の部

佐藤 輝(暁中)

2年男子の部

須戸康貴(神守中)



**7月21日(日)・28日(日)、8月4日(日)錬成館ほか**  
**総参加者数539人**  
**(優勝者・優勝チームのみ掲載 敬称略)**

**3年男子の部**  
 本田来希(暁中)  
**1年女子の部**  
 大原后乎(津島柔道会)  
**2・3年女子の部**  
 齋場 環(暁中2年)

**相撲**(参加者14人)

- ◇ **幼児の部**  
 森山彰太(海部津島相撲クラブ)
- ◇ **小学生の部**
  - 1年の部**  
 田中丈士(海部津島相撲クラブ)
  - 2年の部**  
 加藤斗海(神守小)
  - 3年の部**  
 鈴木春侍(神守小)
  - 6年の部**  
 上園祐大(東小)

- ◇ **中学生の部**
  - 1年の部**  
 島田将生(海部津島相撲クラブ)
  - 2年の部**  
 加藤守陽(海部津島相撲クラブ)
  - 3年の部**  
 鈴木晶瑛(神守中)

**剣道**(参加者28人)

- ◇ **小学生の部**
  - 初心者の部**  
 八木 陽(津島市剣道連盟)
  - 上級者の部**  
 田畑律登(神島田小6年)
- ◇ **中学生の部**
  - 男子の部**  
 近藤亮太(藤浪中3年)
  - 女子の部**  
 吉川咲香(津島市剣道連盟)

**弓道**(参加者56人)

- ◇ **中学生の部**
  - 男子の部**  
 永山碧飛(暁中3年)

- 女子の部**  
 金田来春(暁中3年)
- ◇ **高校生の部**
  - 男子の部**  
 田邊伊織(津島東高校2年)
  - 女子の部**  
 柴田京花(津島東高校2年)

◇ **一般の部**

- 男子の部**  
 松山 高
- 女子の部**  
 今見治代



## ☺ 子どもの目

### ふくしじっせん教室で学んだこと

わたしは、ふくしじっせん教室で多くのことを学びました。

手話体けんでは、耳が聞こえない人は人とどうやってコミュニケーションをとっているのかがわかりました。耳が聞こえない人は、手話や指文字、口話などでコミュニケーションをとっていることがわかりました。ほかにも、お知らせランプやバイブアラームなどをつかってまわりの音に気づけるようにしてあることが、よくわかりました。

車いす体けんでは、じっさいに車いすののったり、のっている人をおしたりする体けんをしました。のっているときは、1人ですすむのが大へんでした。おしているときは、だんさをのりこえるところが大へんでした。

大事なことは、体の不自由な人をたすけてあげることだと思うので、これからは、こまわっている人をたすけたり、できることがあれば手つだったりしたいと思います。



蛭間小学校3年  
はまだ いぶき  
濱田衣吹さん

## 今月のバランス献立

かぼちゃのグラタン ぶどう  
ロールパン



1人分 610kcal 塩分1.7g

### かぼちゃのグラタン材料(2人分)

かぼちゃ120g、ブロッコリー60g、玉ねぎ60g、しめじ40g、ベーコン30g、  
鶏もも肉60g、小麦粉大さじ3、牛乳300ml、バター小さじ2、塩少々、こしょう少々、乾燥パン粉小さじ2、チーズ20g

### 作り方

- ①かぼちゃは薄切りにし、ブロッコリーは小房に分けて、電子レンジ(600W)でラップをして2分程度加熱する。
- ②玉ねぎはスライス、しめじは石づきを取り、ベーコンは2cm幅、鶏もも肉はひと口大に切り炒める。
- ③小麦粉と牛乳を泡立て器でよく混ぜ、バターを加え中火にかけ泡立て器で混ぜながら加熱する。とろみがついてきたらさらに2分程度混ぜ続け火を止め、塩こしょうで味を調える。
- ④③に②を加えて混ぜる。
- ⑤耐熱容器に④を流し入れ、①を並べてチーズとパン粉をのせてオーブントースターで軽く色がつくまで焼く。

※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。

## 特定健康診査・後期高齢者健康診査【集団健診】について

問合せ 保険年金課国民健康保険G ☎24-1113

糖尿病や高血圧などの生活習慣病は自覚症状がないまま進行し、放置すると心筋梗塞や脳卒中といった命の危険を伴う大きな病気を引き起こします。生活習慣病予防の第一歩として健康診査を受けましょう。

### 日時・場所

日程	場所
11月23日(土)	生涯学習センター
11月24日(日)	総合保健福祉センター
11月25日(月)	
11月26日(火)	児童科学館

※受付時間 午前9時15分～11時45分

**対象** 次のすべてに該当する方

- ①令和6年度に健康診査を受けていない方
- ②津島市国民健康保険または後期高齢者医療に加入中の方

③昭和60年3月31日以前生まれの方

**健診内容** 問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、診察、心電図、眼底検査

**自己負担金** 無料

**定員** 各日60人(先着)

**申込** 10月21日(月)～11月8日(金)に電話、市ホームページまたは下記二次元コードからお申し込みください。

※申込締切後も定員に空きがあれば、電話で受け付けます。

### その他

- 後日日程調整のお電話をすることがあります。
- 健康診査の約1週間前にご案内を送付します。受診方法など詳しくはそちらをご覧ください。



# 糖尿病予防し隊養成講座

問合せ 保健センター ☎23-1551



糖尿病やその合併症について学び、地域で糖尿病予防を啓発するメンバーを養成します。

日程 下表のとおり(全5回)

定員 15人(抽選)

対象 市内在住の方

※結果は11月上旬ごろに通知します。

申込 10月25日(金)までに問い合わせ先へ。

	日程	時間	場所	内容
第1回	11月18日(月)	午前10時～11時30分	総合保健福祉センター	オリエンテーション 糖尿病についての講義 HbA1c測定
第2回	11月29日(金)	午後3時～4時	市民病院	市民病院の医師による 「糖尿病の合併症について①」
第3回	12月2日(月)	午後1時～2時	市民病院	市民病院の医師による 「糖尿病の合併症について②」
第4回	12月9日(月)	午後3時～4時	市民病院	市民病院の医師による 「糖尿病の合併症について③」
第5回	12月16日(月)	午前10時～11時30分	総合保健福祉センター	修了式 糖尿病予防し隊の活動について HbA1c測定

## 市民病院公開講座

問合せ 市民病院地域医療センター

☎28-5151 内線3410

### インフルエンザについて

インフルエンザは流行性があり、いったん流行が始まると、短期間に多くの人へ感染が広がります。本講座では、インフルエンザの感染を防ぐポイントなどについて分かりやすく説明します。

日時 10月7日(月) 午後2時～3時

講師 市民病院感染管理認定看護師

### お口の健康と食事の工夫

食事をする際に、むせたり、食べ物や水分が飲み込みにくくなったりすることはないでしょうか?本講座では、お口の健康のための体操や食事の工夫などを紹介します。

日時 10月28日(月) 午後2時～3時

講師 市民病院摂食・嚥下障害看護認定看護師・管理栄養士

場所 市民病院2階講義室

参加費・申込 不要

対象 どなたでも

(当院に通院していない方も参加可能)



### 糖尿病教室

問合せ 市民病院地域医療センター ☎28-5151 内線2113

日時・テーマ 表のとおり

内容 糖尿病の病態・合併症治療について

場所 市民病院2階講義室

対象 どなたでも(当院に通院していない方も参加可能)

※車でお越しの場合は駐車券を会場までお持ちください。 申込・参加費 不要(初回のみテキスト代500円が必要)

開催日	スケジュール		
	午後2時～3時 ※11月12日(火)のみ3時30分まで		
10月8日(火)	糖尿病の基本 (担当:内分泌内科医師)	糖尿病網膜症について (担当:視能訓練士)	歯周病を予防しよう! (担当:歯科衛生士)
11月12日(火) 世界糖尿病デー 2024イベント開催	糖尿病の基本 (担当:内分泌内科医師)	一緒に運動しよう! (担当:理学療法士)	食事の話 ～年末年始の食生活～ (担当:管理栄養士)
		【展示・体験コーナー】 ・糖尿病薬のパフレット紹介 ・血圧を測定しよう! ・体組成計(Inbody)を使って筋肉量や脂肪量を知ろう! (先着10人程度)	
12月10日(火)	糖尿病の基本 (担当:内分泌内科医師)	フットケア ～冬に気を付けること～ (担当:看護師)	糖尿病治療薬 ～教科書の説明～ (担当:薬剤師)

※11月12日は「世界糖尿病デー」にちなんで、講義のほか、展示・体験コーナーも行います。