



スポーツ

水泳教室第4期生募集

場所 総合プール(屋内プール)

仮受付 12月2日(金)～9日(金)午前8時

30分～午後5時(ただし、12月9日(金)は正午まで)に錬成館へ(月曜日休館)。

抽選 定員を超えた場合、12月9日(金)午後2時から錬成館で抽選。終了後結果を掲示します。

受付 抽選終了後、12月16日(金)午後5時までに、手続きをしてください(月曜日は除く)。

※定員に満たない水泳教室は、順次受け付けます。

受講料 2100円

その他 受講料とは別に保険料こども800円、大人64歳以下1850円、65歳以上1200円と、毎回プール入場料が必要です。

※今年度、水泳教室を受講された方は、保険料は不要です。

問合せ 錬成館 ☎24-80001

総合プール ☎28-25506



教室名	定員	対象	曜日	時間	期間	回数
こども(火)	30人	小学生(初心者)	火	午後4時30分～6時	1月10日～2月28日	8回
一般	30人	18歳以上	水	午後2時～3時30分	1月11日～3月1日	
チビッコ	15人	幼稚園・保育園の年長		午後4時～5時		
こども(水)	30人	小学生(初心者)		午後5時30分～7時		
こども(木)	30人	小学生(初心者)	木	午後4時30分～6時	1月12日～3月2日	
こども(金)	30人	小学生(初心者)	金	午後4時30分～6時	1月13日～3月3日	
こども泳力向上	30人	小学3年生～(泳力100m以上の児童)		午後6時15分～7時45分		

市制施行70周年記念事業

第69回津島市駅伝競走大会

日時 1月29日(日) 午前8時30分

(雨天予備日 2月5日(日))

集合場所 天王川公園片岡銅像前

部門・参加資格 左表のとおり

部門	距離(km)	参加資格
一般男子	20.9	津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在勤の方で事業所、団体等の単位で構成したチーム(中学生・高校生は不可)
高校男子	20.9	津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在学の高校生で構成したチーム
一般女子	19.4	津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在勤の方および在学の高校生で構成したチーム
中学男子	19.4	津島市・愛西市に在学の中学生で構成したチーム
中学女子	11.0※	

※今大会より、中学女子の部は天王川公園内を走るコース(各選手約2・2km)に変更しました。

チーム構成 監督1人、選手5人、補欠3人(男女の混成チームは不可)

参加費

・一般男子、高校男子

1チーム 2000円

・一般女子、中学男子・女子

1チーム 1500円

申込 所定の申込書に必要事項を記入の上、参加費を添えて12月1日(木)～

26日(月)に社会教育課へ。

監督主将会議 1月24日(火)午後7時から生涯学習センターで行います。

その他

・天候による開催の有無は、当日午前7時に決定します。

・申し込み後の参加費の返金はいりません。

・健康管理に十分留意の上、ご参加ください。

主催 市、市教育委員会、市体育協会

主管 市体育協会陸上部

問合せ 社会教育課スポーツ振興G

内線22884・22885



成績発表

第37回秋季市民バドミントン大会

11月6日(日) 西小学校体育館

(優勝者、敬称略)

参加28組

男子 井上元成

女子1部 安井侂美

2部 服部少和

3部 蟹江彩葉

錦野雅人組

早川万葉組

橋本希美果組

加藤那奈組

第53回津島市民総合体育大会  
(秋季大会)

10月29日(土)、11月6日(日)・13日(日)  
市営球場外

(優勝者、敬称略)

総参加者数574人

軟式野球(参加チーム4チーム、参加者60人)

◇一般の部

ドルフィンズ

バレーボール(参加チーム5チーム、参加者57人)

◇一般女子の部

愛球

サッカー(参加チーム11チーム、参加者176人)

◇一般の部

La.Masia

バスケットボール(参加チーム8チーム、参加者80人)

◇一般男子の部

XYZ

◇一般女子の部

Scruffy

テニス(参加者64人)

◇男子ダブルス

尾形昌彦・野田貴仁

◇女子ダブルス

三輪恵子・福森洋子

ボウリング(参加者63人)

◇中学生以下の部

伊東万織(神守中2年)

◇一般男子の部

成田義人

◇一般女子の部

後藤まゆみ

グラウンドゴルフ(参加者74人)

◇男性の部

竹村 勇

◇女性の部

糸井敬子

平成28年度明るい選挙啓発  
ポスター審査結果

市内の小中学校および高等学校の児童・生徒から応募のあった192作品の中から、明るい選挙津島市推進協議会が入選9作品、佳作31作品を選考しました。

入選作品(敬称略)

小学校の部

小林美咲(西小3年)

新田隼和(北小5年)

矢尾ともか(西小6年)

中学校の部

都築磨美(神守中1年)

岸本真央(藤浪中2年)

池田 潤(暁中2年)

高校の部

氏木珠鈴(津島高1年)

浅野結菜(津島高1年)

北園姫子(津島高1年)

なお、愛知県選挙管理委員会による審査で次の2作品が入選しました。

市の入賞作品40点を、12月11日(日)までヨシツヤ津島本店に展示しています。

問合せ 市選挙管理委員会(総務課庶務)

G(内線)2651



都築磨美(神守中1年)



氏木珠鈴(津島高1年)

お詫びと訂正

市政のひろば10月号「気軽に楽しもう!縁側茶会」の申込・問合せ先に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

津島ロータリークラブ  
☎26-16000

市政のひろば11月号「主な内容」に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

保健センター行事  
保険センター行事

“お助け隊”は地域のお年寄りの「ちょっと困った」をお手伝いする生活応援サービスです (H29年4月開始予定)

資格不要 年齢不問

“お助け隊”有償ボランティア募集中

●外出の付き添い ●掃除・洗濯支援  
●料理支援 ●買い物代行  
✓お手伝いたいけど長時間はムリ  
✓特技を人の役に立ててみたい...  
ぜひ詳細をお問合せください!!

半日型 リハビリ専門 津島柔整リハビリ デイサービス センター

☎0567-23-3339  
http://www.tjusei-day.com

健康保険使えます  
かかりつけ医師の同意書が必要

ながた訪問鍼灸マッサージ

☎0567-26-7711  
〒496-0833 津島市常盤町 4-33-7



荣誉

旭日小綾章

東 國伸氏(元市議会議員)

多年にわたり、地方自治の推進に貢献された功績に対し、授与されたものです。

藍綬褒章

宇佐美三郎氏(現東海納税貯蓄組合連合会会長)

多年にわたり、納税の推進に貢献された功績に対し、授与されたものです。



寄附

ご厚意ありがとうございます

友松自動車グループ様

津島ライオンズクラブ様

津島ロータリークラブ様

一般社団法人津島法人会

市民病院へ

友松自動車グループ様

福祉基金へ

愛知県小商業協同組合様

現金



国際大会出場

Asian Para-Badminton Championships 2016(アジア選手権(中国・北京))

今井大湧さん(愛知工業大学名電高等学校3年生・百町)

出場経緯 アジア選手権2016選手選考合宿による

こちら消防署 119番 第186回

つきましたか?住宅用火災警報器  
消防本部予防課設備G  
☎23-0419

住宅火災による死者の約7割が65歳以上の高齢者です。その原因としては、煙を吸ったことによる「逃げ遅れ」が圧倒的に多い状況です。

就寝中などに火災が発生したときの「逃げ遅れ」を防ぐため、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。まだ設置していないご家庭は設置しましょう。

住宅用火災警報器は火災により発生する煙を自動的に感知し、音や音声で知らせるものです。原則として寝室と階段に設置が必要です。

消火器の使用期限について

消火器は移動性の高さから、万が一の火災の際、初期消火に極めて有効です。東京消防庁の調査でも、消火器を使用した初期消火の成功率は、約75%でした。

消火器の設置が義務付けられていない一般家庭での利用状況について全国調査をしたところ、消火器保有率は約41%でした。

製造後10年超が約26%、20年を超えているものが約8%で、廃棄していない理由は「廃棄方法がわからない」との回答が58%でした。

使用期限を過ぎた消火器は破裂による人身事故の危険があります。特に腐食、キズ、変形などがみられる消火器は、使用期限に達していなくても直ちに廃棄してください。

消火器の処分方法について

- ① 消火器リサイクル推進センター (<https://www.ferpc.jp>)の地域にある特定窓口指定引取り場所へ引取り依頼をするか、持ち込みをするといった方法があります。
- ② 郵送する場合は、ゆうパック専用「リサイクルセンター(0120-800213306)へ」。
- ③ ホームセンターでは、1本購入につき1本無料で引き取りするサービスをしている場合がありますので、事前確認してください。

津島市内の訪問専門のしんきゅう治療院です。

津島市にお住まいの方へ…自宅でマッサージができればいいと思いませんか? ご存知ですか? 訪問マッサージ・鍼灸は健康保険が使えます。

■ほかほか治療院は…

- ・健康保険が使えます。(医師の同意が必要です。当院に連絡下さい)
- ・スタッフ全員が国家資格者です。
- ・ご自宅に訪問して施術いたします。
- ・開業9年目に突入しました。
- ・訪問専門です。

訪問専門 ほかほか治療院

ご予約は今すぐ! (0567)74-0640  
(平日・土曜日/9:00-19:00 日曜日/お休み)

お電話いただきましたら「はい、ほかほか治療院です」としますので、『チラシを見ました。初めての予約なのですが…』とおっしゃって下さい。スムーズにご案内させていただきます。もちろんお問合せも大歓迎です。担当:三輪(みわ)

## 今月のバランス献立



鮭のハーブパン粉焼き  
キャベツの生姜酢あえ  
ごぼうサラダ  
甘酒ヨーグルト

1人分  
584kcal  
塩分1.5g

### 鮭のハーブパン粉焼き

#### 材料(2人分)

鮭45g2切れ、塩・こしょう少々、A(パン粉小さじ2、ドライハーブ少々)、オリーブオイル大さじ1、赤パプリカ、黄パプリカ各1/8個、カレー粉少々、レモン1/4個

#### 作り方

- ① 鮭に塩こしょうして、Aを合わせて鮭につける。
- ② パプリカは千切りにする。
- ③ フライパンにオリーブオイルを入れ、鮭を焼く。
- ④ 鮭を取り出したフライパンでパプリカを炒めカレー粉で味をつける。
- ⑤ 器に鮭とパプリカを盛り、レモンのくし切りを添える。

※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。また市公式ホームページにも掲載しています。

## 子どもの目

### 僕の将来

僕の将来の夢は、医者になって、多くの人を救うことです。病気やけがを治すだけではなく、「心」も救いたいと思います。医者になるために、学校や家でたくさん勉強をしています。



東小学校 6年  
安福 京楽くん

医者になりたいと思うようになったのは、マザー・テレサの本ののっていたある

言葉がきっかけです。それは、「この世の最大の不幸は、貧しさや病ではありません。だれからも自分は必要とされていないと感じることです。」という言葉です。だから、僕は患者さんに必要とされる医者になりたいです。そして、患者さんの「心」も救いたいです。でも、今の僕は、まだ、だれかの「心」を救えるほど、すごい人間ではないと思います。だからまずは、身の周りの人に優しく、勉強や運動を一生懸命取り組んでいきます。いつか誰かの「心」も救える医者になりたいです。

## 院長 コラム

一緒に考えましょう  
健康のこと  
医療のこと

43

医療連携—スムーズな紹介受診のために



10月3日、4日の2日間、総務省の地方公営企業経営アドバイザーに来ていただき、貴重なアドバイスをいただきました。この地域に必要な病院であることを、ご確認いただきました。また、高齢者が増え、人口が減っていくこの地域で、どのような役割を担っていくのか、市と共有していくようアドバイスをいただきました。

津島市民病院は、救急患者の受入れ、医療連携、在宅医療への貢献が大きな役割だと考えています。二つ目の役割、医療連携については、多くの患者さんの紹介を受けています。が、より一層、スムーズな医療連携を目指す必要があります。地域の医師会、歯科医師会、さらに薬剤師会と交流し、お互いに意見を言える関係を維持していくことが大切です。当院では地域医療センターが中心となって、友好な関係を維持していく努力をしています。地域医療センターは地域医療連携、医療福祉相談、入退院支援の窓口を一本化し、

入院前から退院後まで切れ目のない支援の提供や院内外の連携強化を図っています。

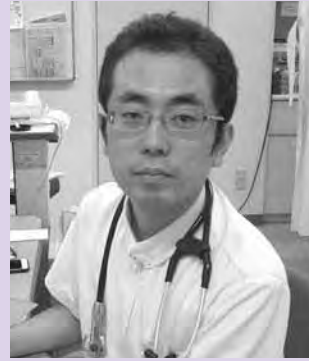
最近では、紹介件数も逆紹介件数も増加しています。紹介件数では、平成25年度の1万2835件が27年度は1万4248件となりました。これに対して診療所などへお戻りする逆紹介件数も平成25年度の9357件が27年度は1万104件となりました。

診療所などから病院を紹介される場合には、一般的に紹介状と呼ばれる診療情報提供書をお持ちいただいて受診することとなります。初診の場合には待ち時間が長くなる場合があります。当院では紹介患者さんがスムーズに受診できるように、受診予約の専用電話を設けています。患者さんご自身がご希望の日時を予約できるため、待ち時間が大幅に短縮できます。患者さんからのご予約が、まだ2割程度ですのでぜひ活用ください。

地域の医療を支援していく地域医療支援病院という制度があります。紹介率や、逆紹介率もその承認要件になっています。ハードルは高そうですが、この地域で適した医療が患者さんに提供されることが望ましいと思っております。かかりつけ医が、第一線の地域医療を担い、病院は、支援し支援されることを通じて地域医療の確保を図っていきます。また、かかってよかったと思われる病院になつていくために、地域医療支援病院を目指していくべきと考えています。

## 私のカルテ

No 3 4 4

がん  
肺癌について津島市民病院  
呼吸器科医長  
小林 直人

日本は長寿の国です。WHO(世界保健機関)の最新の統計によると、男女を合わせた平均寿命は83.7歳でした。そんな日本人の死亡原因の1位は「がん(悪性新生物)」であり、その中でも部位別死亡者数で見ると肺癌がトップになっています。肺癌は初期段階では自覚症状がほとんど無いうえに、他の癌と比べても全身に転移しやすいという特徴があり、発見された時点で進行してしまっている場合が多いためだと思われます。

## 【原因】

肺癌の原因は様々ですが、喫煙が強く関連している事は明らかです。喫煙者は非喫煙者と比べて4~5倍、肺癌の発症リスクが高くなると言われています。なお喫煙率が年々下がっているのに肺癌で亡くなる方が増えている事から『喫煙と肺癌は関係ない』と主張される方もありますが、喫煙率のピークから30年ほど遅れて喫煙関連死の割合がピークを迎えるという事に注意が必要です。つまり数十年にわたる喫煙の影響が、後になって現れてくるという事です。

## 【症状】

初期症状は殆どありませんが、発生した部位によっては咳・痰(血痰)・胸痛などを自覚される場合もあります。進行してくると胸痛が強くなったり、他臓器への転移による様々な症状が出現します。

## 【検査】

レントゲンやCTで異常陰影があり、その大きさや性状から肺癌の可能性があると考えられる場合は、細胞を採取して確認する事になります。採取方法としては気管支鏡検査が一般的ですが、それが難しい場合はCTガイド下生検や外科的生検が選択されます。

## 《気管支鏡検査》

口から気管に細い管を挿入し、肺の中を観察したり組織片を採取する方法です。胃カメラの肺バージョンと考えて頂ければ良いと思います。比較的安全性の高い検査ですが合併症の可能性を考えて、基本的に当院では2泊3日の検査入院とさせて頂いています。できるだけ苦痛の少ないように、軽い鎮静剤を併用する場合があります。

## 《CTガイド下生検》

CTを撮影しながら、直接皮膚を貫いて穿刺針を挿入して組織片を採取する方法です。身体の表面に近い部位の病変に適しています。

## 《外科的生検》

全身麻酔をかけて胸に数ヶ所の切開を行い、そこからカメラなどを挿入して肺の一部を直接切り取るという方法(手術)です。確実性は高いですが、身体へのダメージは少し高くなります。

## 【治療】

診断された時点での進行具合によって異なります。

全身の画像検査を追加して調べ、もし癌が肺の中だけに留まっていれば手術や放射線治療の適応となり、根治の可能性もあります。

しかし他臓器への転移があれば、抗癌剤治療の適応です。癌の進行を抑制する事により、無治療の場合と比べて延命を期待できます。吐き気・脱毛・免疫力低下などの副作用もありますが、特に大きな問題が無ければ、外来通院で治療を続ける事も可能になります。

抗癌剤には何種類もあり、最近では分子標的治療薬や免疫チェックポイント阻害剤などの新しい機序の薬も開発されてきました。それぞれの方に適した薬剤を選択する必要がありますので、呼吸器内科の中で検討したうえでお勧めの治療法を提示しています。

## 【終わりに】

一ヶ所でも転移があれば、いわゆるステージ4と呼ばれる進行癌に分類されます。しかし進行癌=末期癌ではありません。まだまだこれから、と考えてください。手術による根治は難しかったとしても、それ以外に様々な治療の選択肢があるのです。

とはいえ、やはり予防と早期発見が一番。まずは禁煙、そして積極的に健康診断を受けましょう。