

☺ 子どもの目

最後の部活にかける思い

真新しい制服をまとい、ぎこちない歩き方で私たちの横を通り過ぎた1年生。入学式、始業式のときに見た1年生はとても緊張しているようでした。その姿は、まるで2年前の私たちみたいでした。そんな私たちは、もう3年生。正直、実感がまだわかって、小学生のころとは違い、時間が経つのが早く感じられるようになり、3年生になるまではあつという間でした。

これからは、最上級生としてこの天王中学校を引っ張っていかないといけない

と思うと、不安や緊張がこみあげてきました。所属するソフトテニス部の活動もあと半年を切り、夏には最後の大会があります。1年生の頃は試合に出て、負けてばかりで辞めたいと思ったこともあるけれど、今では大会で賞状をもらったり、学校で表彰されたりして、続けてきてよかったなと思います。何よりも両親が喜んでくれるのが一番嬉しいことです。最後の大会では、納得のゆく結果を残せるよう、日々練習に励んでいきます。



天王中学校 3年
菅野 心菜 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



『おばけのアッチとくものパンやさん』
角野 栄子 作
佐々木 洋子 絵
ポプラ社

アッチと仲間たちが丘の上になごころんで空を眺めていたら、パンがふわふわと空から落ちてきました!びっくりするほど美味しいパンに、みんなは感激!作ったのは、おなかぺこぺこの人に、空から雲のパンを届けてくれる伝説の「くものパンやさん」でした。

もう一度パンが食べたいアッチたちですが、どうやら雲のパンは一度きりしか食べられないみたいです。それなら、パンの作り方を教えてほしいと、くものパンやさんに頼みますが、教えてもらえません。アッチたちは、こっそりパンやさんにくっついて、空にのぼっていきますが…。

『わらべうたであそびましょ!』 さいとうしのぶ 編・絵 のら書店

『地球の危機をさげし生きものたち1』 藤原 幸一 写真・文 少年写真新聞社

一般書



『ねことパリジェンヌに学ぶリラックスシツクな生き方』
米澤 よう子 著
文藝春秋

「ねことパリジェンヌ」と聞いて、どんなイメージを抱きますか?

ねこは、きまぐれ。愛想がない。パリジェンヌは気高い。愛想が無い。一なのに、「魔性」で人々を惹き付ける。

ひとりで気持ち良さそう。時々ご機嫌ななめ。一なのに、周囲から浮かずに、街や自然にもなじんでいる。

キーワードは「リラックスした内面、シツクな外見」。彼女たちの実像を知れば、「なのに」ではなく、「だから」であることが分かります。

本書では大きく6章に分けて、豊富なイラストとともにねことパリジェンヌの共通点を紹介。リラックス術や生活スタイル、はては愛されるコツなどのヒントが得られるかもしれません。

『ご先祖様、ただいま捜索中!』 丸山 学 著 中央公論新社

『読むパンダ』 黒柳 徹子 選 日本ペンクラブ 編 白水社

[6月の休館日]
26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。

今月のバランス献立

ひじきつくね、もやしと桜えびのナムル、根菜の味噌汁、甘酒わらびもち



ひじきつくね

材料(2人分)

鶏ひき肉120g、乾燥ひじき4g、厚揚げ100g、じゃがいも30g、A(ポン酢大さじ1と1/2、片栗粉小さじ1) サラダ油小さじ1、キャベツ60g、ブロッコリー4房、プチトマト4個

1人分 566kcal 塩分2.6g

作り方

- ①ポウルに鶏ひき肉と厚揚げ、水気を切ったひじき、すりおろしたじゃがいもを入れ、よく練り混ぜる。
- ②キャベツを千切り、ブロッコリーは茹でる。
- ③①を4等分にして小判型にまとめる。
- ④フライパンに油を熱し、③を並べて両面を焼き、キャベツの上に盛る。
- ⑤小鍋にAと水大さじ3を入れ、よくかき混ぜてから火にかけ、とろみがついたらつくねにかける。
- ⑥プチトマトとブロッコリーを添える。

※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。

院長
コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

52

残薬



市民病院
院長 神谷里明

病気や怪我で病院や医院から処方された薬を、皆さんはすべて内服し、使っていますか？棚や、箱の中に薬が残っていませんか？日本中で余分な薬が家に眠っており、その額は年間に数百億円分とも言われています。

臨時で受診したときに処方された薬も症状が軽快すれば必要のない薬もあります。処方するときは、できるだけ無駄にならないように必要量を出していますが、症状が長引いたときのために少し多めに処方希望する場合もあります。余分な薬を持っているよりも症状が長引くようであれば再度の受診が望ましいと思います。薬によっては、1日足りなければ症状が悪化するものもありますので、急に受診できないことのために数日分余分に持っていることは必要かもしれませんが、1週間以上余分な薬を持っている必要はありません。

ん。

高齢になり様々な病気を持っている人が増え、病名が増えるとそのたびに薬が増えていきます。同じところを受診していれば、医師もどんな薬が処方されているかわかりますが、複数の医療機関を受診していると同じような薬が重なることもあります。そのことを改善するためにお薬手帳があります。複数の医療機関に受診していても、今その人に処方されている薬がすべて1冊のお薬手帳に記載されていれば、受診時にその手帳を見せることにより、医師は同じような薬や同時に使っていない薬がわかります。また薬をもらうのも1力所の薬局に決めていけば、そこで薬剤師による確認もできます。かかりつけ薬局です。

また、抗菌薬の不必要な使用や過剰投与により、抗菌薬の効かない多剤耐性菌と呼ばれる菌が増えていることが問題になっています。一般的には風邪には抗菌薬は必要ありません。痛み、鼻水、咳などの症状を抑える薬は必要でも、はつきりした細菌による症状がなければ抗菌薬の効果はなく、逆に副作用が起きる可能性もあります。人間だけでなく、家畜にも多くの抗菌薬が使用されています。世界的に見れば、薬の効かない多剤耐性菌が増えることの弊害の方が問題となっています。今一度その薬が必要かどうか考え、余分な薬はもらわないようにしていきたいませんか。



市民病院を知ろう⑩
栄養サポートチーム編

今回は、栄養サポートチームに関することについて、新美神経内科部長、木下歯科口腔外科部長、富田副主任看護師、日比野主任薬剤師、大寄言語聴覚士、寺本主任管理栄養士にお話を聞きました。

Q. 栄養サポートチームについて教えてください。

A. 医師・歯科医師・看護師・薬剤師・言語聴覚士・管理栄養士などの専門スタッフが、それぞれ連携しながら患者さんへ最善の方法で栄養支援・管理を行っています。栄養管理は、治療の基盤であり、合併症の予防や生活の質の向上につながる重要なものです。そのため、患者さんの栄養の悪い状態を見逃さないように、多職種で構成しています。

Q. 具体的にどのような取り組みをしていますか？

A. 低栄養状態や口から食べることができないなどの患者さんを対象に、週に一度回診を行っています。口腔内のチェックやケア、飲み込み能力の検査など、さまざまな点から栄養状態を評価します。

また、食べることは毎日の楽しみや生きがいにもつながるため、患者さんの食べたいという気持ちを大切にしています。食べられない原因は何か、あらゆる職種の立場から判断し、一人ひとりにとって適切な形で栄養を

取れるように支援します。例えば、薬の副作用で食欲が低下している場合は、薬剤師や管理栄養士などと相談して薬の服用時間や食事の調整を行うことで改善を目指します。

さらに、活動について学会での発表を行ったり、研修や資格取得をしたり、個々に専門性を高めてより質の高い医療が提供できるよう努めています。

今回のインタビューでは、患者さんの気持ちを尊重しながら適切な栄養管理を行い、一人ひとりに寄り添った支援をするチームがあることが分かりました。チーム医療によるきめ細やかな対応が、安心の医療につながっています。

問合せ 市民病院管理課管理G

☎ 28-5151 内線2201



(左から)大寄言語聴覚士、富田副主任看護師、寺本主任管理栄養士、新美神経内科部長、木下歯科口腔外科部長、日比野主任薬剤師



津島市民病院
循環器内科 主任医長
河宮 俊樹

虚血性心疾患（狭心症、無症候性心筋虚血、急性心筋梗塞）について《前半》

近年、食生活の欧米化、生活様式の変化による運動不足、肥満の増加で、日本人の死亡原因としても虚血性心疾患は増加傾向にあります。虚血性心疾患を防ぐには生活習慣の改善が必要です。では虚血性心疾患とは何かを知って、ぜひ予防・早期発見に役立ててください。

今回は狭心症についてのお話です。

労作性狭心症

労作性狭心症は、心臓の血管である冠動脈が動脈硬化のため狭窄し、心筋への血流が減少し、階段を登ったり坂道などの運動時（労作時）に胸部症状が生じる疾患です。胸の圧迫感や締め付け感、痛みが生じ、肩や左腕、のど、歯へも広がることがあります。通常、労作によって症状が生じ、安静にすると治まります。食後や寒冷時などに増悪することがあります。高齢の方や糖尿病のある方では、これら典型的な症状に乏しいことがあり、無症候性心筋虚血と呼ばれます。いずれの場合も治療の対象となります。症状の回数が増える、安静時にも症状が生じるなどの場合は、不安定狭心症と呼ばれます。心筋梗塞に移行する可能性が高くなっていると考えられており、緊急に治療する必要があります。

これらは、多くの場合、動脈硬化性の粥腫（ブランク）によって冠動脈が狭くなることにより生じます。動脈硬化を促進する因子としては、糖尿病、高血圧、脂質代謝異常（高コレステロール血症、中性脂肪高値）、喫煙などが知られています。なお、冠動脈が一時的に痙攣するために起こる狭心症もあり、これは冠攣縮性狭心症（安静時狭心症、異型狭心症）といいます。喫煙者では禁煙が必須です。

狭心症の検査・診断の方法

症状が典型的な場合、問診で狭心症を疑うのは比較的容易です。さらに以下のような検査を行い、診断を進めます。糖尿病の患者さんでは無症候性心筋虚血が多く、負荷の少ない検査から冠動脈の状態を評価していくことが必要です。

運動負荷心電図 安静時の心電図からは狭心症であるかわかりません。運動負荷試験では、階段昇降を行うマスター心電図や、ベルトコンベアー上を歩くトレッドミルなどにより負荷をかけ、心電図に現れる変化から狭心症らしいかどうか、またどの程度運動が可能かを知ることができます。

心臓超音波検査（心エコー） 心臓超音波検査では、心臓の大きさ、心筋の動き、弁の機能などを評価します。重度の虚血がある場合には、左心室の心筋の動きに異常がみられることがあります。

心臓核医学検査（心筋シンチグラム） 微量の放射性物質で標識した薬剤を静脈に注射し、心筋の血流の様子などを評価します。運動負荷・薬物負荷試験と組み合わせることにより、詳細に虚血の部位や範囲を評価できます。

冠動脈CT 造影剤を静脈注射し、心電図と同期させながらCT（コンピュータ断層撮影）をとることで、冠動脈の狭窄の有無を診断します。

但し脈の速い方や不整脈のある方、冠動脈石灰化が強い方では評価が難しいこともあります。

これらの検査の結果、狭心症が強く疑われる場合には、通常心臓カテーテル検査が行われます。

心臓カテーテル検査 カテーテルという細長いチューブを手首や肘、足の付け根の血管を通して心臓まで挿入し、造影剤を注射して冠動脈のX線撮影を行います。冠動脈の狭窄の程度、部位、病変数などを詳細に評価でき、冠動脈疾患を診断するのに最も正確な評価が出来る検査です。見た目だけでなくプレッシャーワイヤーにより冠動脈内の圧力を測定し、各病変の血流への影響を正確に評価できます。また、冠攣縮の誘発試験や左室造影で心臓の壁運動の評価をしたり、右心カテーテル検査で心臓の部屋の圧力や心拍出量を測定したりすることも可能です。

狭心症の治療

狭心症と診断された場合、薬物治療、カテーテル治療、バイパス手術のいずれかあるいは複数を組み合わせた治療が必要になります。

薬物治療 すべての治療の基本であり、抗血小板薬（アスピリン、クロピドグレル、プラスグレルなど）、硝酸薬、ベータ遮断薬などが用いられます。冠攣縮性狭心症ではカルシウム拮抗薬が有効です。

心臓カテーテル治療（経皮的冠動脈形成術：PCI） 腕や足の血管からカテーテルを挿入し、冠動脈病変の治療を行います。病変部を風船で拡張するバルーン治療、ステント（金属メッシュの筒）の留置などの方法があります。再狭窄（治療部位がまた狭くなること）の頻度が少ない薬剤溶出性ステントも使われます。良好な治療成績を得ていますが、このステントを使用した場合、抗血小板薬を継続的に服用する必要があります。治療は局所麻酔で行われ、バイパス手術に比べると侵襲度がより少ないため、多く行われている治療法です。当院では、カテーテル治療に使用する最新のデバイス各種を導入して虚血性心疾患のカテーテル治療を行っています。

冠動脈バイパス手術 カテーテル治療が困難な場合、全身麻酔下に動脈あるいは静脈の一部冠動脈につなぎ、新しい血流ルートを作る手術が行われます。心臓を停止状態にさせ、人工心肺装置を使って行いますが、より侵襲度を下げるため、心臓を動かしたまま手術することもあります。当院では心臓血管外科がなく開胸心臓手術の実施ができないため、近隣の提携施設（名古屋大学医学部付属病院、名古屋第一赤十字病院、海南病院、一宮市民病院など）に紹介をしています。

◎狭心症は早期に発見して治療を開始すれば、命にかかわるようなリスクは少なくなります。

心配な症状があれば早めに受診してください。

今回は急性心筋梗塞についてお話しします。

7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
妊産婦歯科健康診査	31(火)	午後1時～3時 ※指定された時間	妊娠中の方、出産後1年以内の方 内容:歯科健康診査、ブラッシング指導等 ※妊娠中1回(安定期のときに受けてください)、産後1回受けることができます	18人 予約制	母子健康手帳、手鏡 歯ブラシ、タオル
離乳食前期	25(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分)	教室開催月に生後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	3(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	4(水) 18(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	12(木) 26(木)	午後1時～1時45分	平成28年12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	5(木)	午後1時～1時45分	平成28年7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	13(金) 27(金)	午後1時～1時45分	平成27年7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

☆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。
 ☆麻疹(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。	6月15日(金)、7月13日(金) ※要予約 ※上記以外の日程でも 相談可能

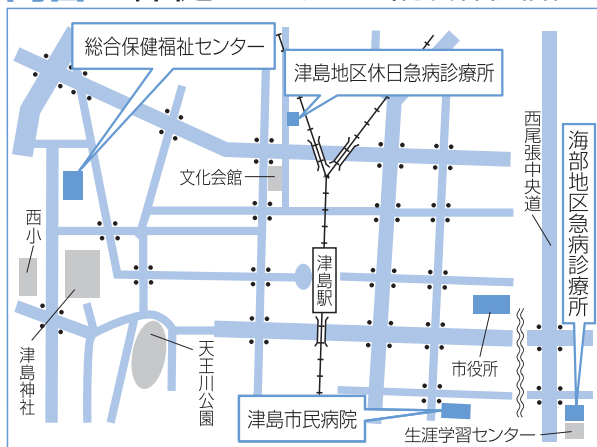
くすり安心電話

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 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 莪原町字郷西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

こちら消防署 119番
第195回



つきましたか?住宅用火災警報器
消防署警防通信G
☎23-0119

レジャー事故防止対策

これから暑いシーズンを迎えます。家族や友人とレジャーに出かけることが増える一方、水の事故等、屋外の事故が増加することも事実です。事故を未然に防ぐために気をつけていただきたい事を紹介します。

①水の事故を防ぐために

海や川などで水遊びや魚釣りをする場合は、常に気象状況に注意を払い、河川の増水等の危険が予測されるときは近づかないようにしましょう。

体調がすぐれないときや睡眠不足のときは、遊泳を控えましょう。また、飲酒しての遊泳は、事故に繋がりがやすく大変危険です。

海や川では子ども一人で水遊び等をさせず、必ず保護責任のある方が付き添い、ライフジャケットを着用しましょう。また、幼児の場合、浅瀬や水深の浅いプール等でも溺れる可能性があるがあるので目を離さないようにしましょう。

溺れている人を発見した場合、まず

は周囲の人に知らせ、消防署(119番通報)へ連絡してください。
二次災害防止のためにも、泳いで助けに行くのではなく、浮力のある物空のペットボトルや浮き輪、木の棒等を溺れている人の近くへ投げ入れてください。
救助した場合は、速やかに応急処置(分らなければ119番通報し指示に従ってください)を実施しながら救急車が来るのを待ちましょう。

②火を使う場合の事故を防ぐために

バーベキューや花火をするときは、近くに水を用意しておきましょう。

カセットコンロの使用に注意しましょう。二台並べての使用や、コンロを覆うような調理器具の使用は大変危険です。いずれもガスボンベの過熱を招き、爆発事故に繋がる恐れがあります。バーベキューには専用器具を使用しましょう。
テント内等でカセットコンロ等を使用すると二酸化炭素中毒や酸欠になる場合があります。屋外であっても狭い空間で使用される場合は換気に注意しましょう。

以上の点に気をつけて楽しい思い出作りをしてください。

中央児童館で遊ぼう!

中央児童館 ☎26-3540

行事名	開催日	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
☆わくわく工作	6月16日(土)	午前10時30分～11時30分	年長児から小中学生	随時	20人	プレゼントボックスをつくって中に何入れよう?	材料費50円	水筒・上靴
☆なかよし広場	6月20日(水) 6月29日(金)	午前10時30分～11時15分	満1歳ごろから未就学児とその保護者	当日受付	なし	「お部屋をいっぱいかざっちゃおう」 「トンネルくぐって」	無料	上靴(外靴を拭いて利用可)・タオル 水分補給できるもの
ベビーマッサージ	6月22日(金) 7月6日(金)	午前10時30分～11時30分	0歳児とその保護者 ※2	6月8日(金)～ 6月22日(金)～	10組	お母さんのリラックス法とふれあい遊び	オイル・資料代500円	バスタオル 水分補給できるもの
☆あそびリンピック 津島っ子委員会	6月10日(日)	午前10時30分～11時30分	小学4年以上 高校生以下	随時	15人	9月24日に開催するあそびリンピックIN中央児童館の遊びブースの決定から当日の運営	無料	水筒・上靴
☆パパ神ってる ☆パパタイム	6月30日(土)	午後1時～2時30分 (未就学児とその父は午後1時30分～)	満2歳になる子から小学生とその父	随時	各15組	段ボール迷路で遊ぼう	無料	水筒・上靴 タオル
スポーツあそび	7月1日(日)	午後2時～3時	中学生・高校生	当日受付	なし	スポーツを楽しみましょう(卓球)	無料	水筒・上靴
☆なかよし広場	7月3日(火)	午前10時30分～11時30分	満1歳ごろから未就学児とその保護者	6月5日(火)～	20組	ヤクルト健康教室	無料	上靴(外靴を拭いて利用可)・タオル 水分補給できるもの
☆ハイハイ広場	7月4日(水)	午前10時30分～11時15分	0歳児とその保護者 ※1	当日受付	15組	身長体重測定と栄養士による食育指導	無料	タオル 水分補給できるもの
七夕のつどい	7月7日(土)	午後1時～2時30分	乳幼児親子 小学生	6月25日(月)～	20組 20人	清林館高校の生徒のみなさんと笹飾りを作ったりゲームをして遊ぼう(和太鼓演奏もあるよ)	無料	水筒・上靴

○開催時間:午前9時30分～午後5時(水曜日午後・木曜日・祝日の休館日を除く) 児童館に貴重品は持ってこないようにしましょう。

○☆印のイベントは、初回受付時に登録書の記載をお願いします。2回目以降は電話での受付が可能となります。

○定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了) ※1 生後4カ月ごろ～満1歳ごろ ※2 生後1カ月健診後～満1才ごろ

文化会館
催しガイド

(5月1日現在)
※掲載している催し物の
名称などは予定です。

催し	日時	ホール	入場料	問合せ
この道ひと筋	6月10日(日) 午前9時40分	大	無料	小柳 ☎26-6057
花道・未生流いけばな展	6月10日(日) 午前10時	小	無料	北島 ☎28-4394
ラッキーコンサート2018	6月24日(日) 午後1時30分	大	無料	ラッキーサウンドブラス ✉info@luckysoundbrass.com
歌謡祭チャリティー	7月1日(日) 午前9時30分	小	無料	江川 ☎090-4081-8603

となり街
お出かけ
情報

※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

名称	日時	場所	料金	問合せ
竹細工をしよう	6月9日(土)・10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
七宝焼体験教室特別企画 「星の七宝」(要予約)	6月10日(日)・15日(金)・16日(土)・ 19日(火)・20日(水)のいずれか一日 午前9時30分～11時30分	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流工房	3,000円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
第10回ホテル観賞の夕べ	6月中旬(予定) ※ホテルの生育状況で変更あり	学戸小学校内 ホテルの家	無料	蟹江町観光協会 (蟹江町役場ふるさと振興課内) ☎95-1111(内線443)
ブライイチin蟹江	6月16日(土) 午前10時	蟹江町産業文化会館 (歴史民俗資料館) スタート	無料	蟹江町役場土農政課 ☎95-1111 (内線432)
つくってあそぼう ～風鈴をつくろう～	6月16日(土)・17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3回探鳥会	6月17日(日) 午前10時～正午	弥富野鳥園 保護地内	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
七夕かざりをつくろう	6月23日(土)・24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	200円	海南こどもの国 ☎52-1515
キャンドルナイトの集い (要予約)	6月24日(日) 午後2時～5時	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流工房	300円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
金魚まつり	6月30日(土)・7月1日(日) 受付:午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 ジャブジャブ池 舗装広場	100円	海南こどもの国 ☎52-1515
生涯学習まちづくり 推進町民大会・文化交流会	7月1日(日) 午後1時	蟹江中央公民館	無料	蟹江町教育委員会 生涯学習課 ☎95-1111(内線461)

ヒザが痛くて
外出がツライ...



週1～2回の体操で
元気回復しませんか？

ヒザ・腰痛の改善に定評があります

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

“お助け隊”による外出サポート

お一人での外出が不安な方に朗報！！
付き添いや代行サービスが利用できます

ツライ時にはマッサージ

「よく効く！」「痛みが和らいだ」との声多数
(※総合事業コースは時間外・予約制になります)

津島柔整には
元気の秘訣が
いっぱいです

デイ利用者様限定サービスです
※一部有料オプション

お助け隊
ボランティア
募集中！

ご自宅でのリハビリなら...

ながた訪問鍼灸マッサージ
健康保険が使えます(※かかりつけ医師の同意書が必要)

☎0567-26-7711
〒496-0833 津島市常盤町4-33-7

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主へお問い合わせください。