

☺ 子どもの目

挑戦することの大切さ

僕が最も尊敬するのは、1890年代に活躍した野球選手、ジャッキー・ロビンソンです。彼は、黒人初のメジャーリーガーです。当初は、黒人というだけで白人からのひどい差別を受けていました。でも、彼はそれに対して、「やり返す勇氣」ではなく、「やり返さない勇氣」を持って、プレーで彼らを見返していきました。そのたびに、チームメイトはどんどん「彼のためなら」といって、手を差し伸べてくれるようになりま

した。これは、彼の行動によって周りが変わっていったのです。彼の背番号「42」は、今ではメジャーリーグで永久欠番となっています。

今、僕は野球のクラブチームで「42」を背負っています。僕も彼のような影響力のある人間になりたいです。そして、そのために自分の信念を持って行動を起こし、周りの人達から信頼されるよう行動していこうと思います。



藤浪中学校 3年
日比 晴太 君

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



『ラーメンこぼれ』
ささきみお 作
アリス館

町の平和のために働く新米のラーメンおまわりさん。

最初に電話をかけてきたのは、袋に入った三分ラーメン。ネコに麺を取られてしまったようです。すぐに駆け付けるも、おまわりさんの頭のスープがこぼれそうになって結局助けることができませんでした。

その後も出前中に迷子になってしまった岡持ちゃんを待たせてしまったりと、うまくいきません。そんな中、ちようちんぼうやが「ラーメンかいづつが出た!」と駆け込んできて…。

ラーメンおまわりさんは早く熟々の立派なラーメンになれるでしょうか?

『新聞記者は、せいぎの味方?』 みうら かれん 作 宮尾 和孝 絵 講談社

『川のむこうの図書館』 池田 ゆみる 作 羽尻 利門 絵 さ・え・ら書房

一般書



『印象派への招待』
朝日新聞出版 著
朝日新聞出版

クロード・モネの絵「印象、日の出」が名の由来である「印象派」。

目の前にあるものが、親しみやすく、分かりやすく感覚的に目に入ってくるような絵のことを言います。

ルノワール、ドガ、セザンヌなど、現在では誰も一度は聞いたことのある有名な画家とその画法は、昔は「不良画家の集まり」「落書きの方がマシ」とまで言われていました。

本書では、印象派の誕生から作品の解説、印象派を巡る様々な人間模様・社会情勢まで分かりやすく紹介されています。

『語彙力がないまま社会人になってしまった人へ 超【基礎】編』 山口 諒司 著 ワニブックス

『僕と彼女の左手』 辻堂 ゆめ 著 中央公論新社

[7月の休館日]

24日(火)

28日(土) (天王祭のため臨時休館)

※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。

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

健康保険が使えません(※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。



住宅対象侵入盗に注意

津島警察署管内では空き巣等が多発しています。夏日が続き、昼中の外出時に施錠せず網戸でお出かけになることはありませんか。犯人はそついった家を見ています。外出時は確実に施錠してください。

また在宅時も裏口等からの侵入に気づかない場合がありますので、侵入されても気づきにくい場所は特に施錠しておきましょう。

被害に遭わないために

- ・施錠を確実にしましょう。
- ・補助錠等を設置してガラスが割られても簡単に侵入されないようにしましょう。

夏休み、防犯ブザーと、「しみきおに」

これから子どもたちの気分が夏休みモードに入るところだと思いますが、不審者への注意喚起はご両親がしっかりとしてください。休み中も防犯ブザーを持たせ、

つ…付いていかない
み…みんなと一緒
き…きちんと報告
お…大声をだす
に…逃げる
を再確認、再徹底してください！

悪質交通違反の追放・撲滅を

津島警察署では、飲酒運転や無免許運転といった、悪質な交通違反を犯したドライバーに対しては、原則としてドライバーを逮捕するなどして、悪質交通違反を追放するために強い姿勢で臨んでいます。未だに撲滅できていません。飲酒運転・無免許運転は重大な犯罪です！軽い気持ちで運転したことが取り返しのつかない結果に結びつきます。明日は我が身！決して他人事と思わないでください。

夏休みの交通事故防止

今月からは、子どもたちは楽しい夏休みのシーズンに入ります。自転車を外に出かける機会も多いと思いますが、自転車も車の仲間です！交通ルールとマナーを守ってスマートな運転を心がけてください。

「秋の全国交通安全運動」の実施

9月21日(金)～30日(日)の10日間、「秋の全国交通安全運動」が実施されます。詳しくは、津島警察署交通課(☎24-0110)または、愛知県ホームページ(<http://www.pref.aichi.jp>)をご覧ください。

市民病院を知ろう⑩

褥瘡対策チーム編

今回は、褥瘡対策チームに関するところについて、竹内診療技術局長兼皮膚科部長、飯島形成外科統括部長、日比野主任看護師、伊田主任薬剤師にお話を聞いてきました。

Q. 褥瘡について教えてください。

A. 皮膚の一定部位への継続的な圧迫により、血流が悪くなると皮膚や筋肉組織が損傷した状態のことで、一般的に「こぶれ」と呼ばれます。

例えば自分で動けない方が長時間ベッドや車いすで過ごす時、同じ部分(特に骨が出ている部分への圧迫)が集中するため、褥瘡ができる危険性が高まります。圧迫以外にも低栄養状態や痩せ、介護力や知識不足などさまざま要因があります。

Q. チームについて教えてください。

A. 多職種で構成されるチームとしては近隣の施設と比べても歴史があり、発症当初から医師や専任看護師を中心に褥瘡対策に取り組んできました。主な活動内容として、褥瘡のある患者さんや発症リスクの高い患者さんを対象に週1回の回診をして、予防ケアや治療を行います。具体的には、体圧を分散する寝具(マットレス)の整備や栄養状態の管理など患者さんの状況に応じて対策をします。

Q. 褥瘡ケアで重要なことは何ですか。

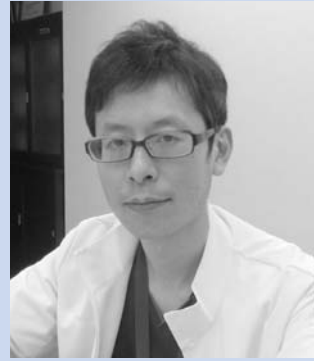
A. 褥瘡ができる原因はさまざまで、一度発生すると完治が難しいものです。適切な予防を行えば未然に防ぐことができます。そのため、周囲が正しい知識を持ち、皮膚状態を観察したり、長時間同じ姿勢にならないように体を動かしてあげたりするなどの気にかけてあげることが大切です。



▲回診後にチームカンファレンスを行っている様子

問合 市民病院管理課管理G

☎28-5151 内線2201



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《後半》

前回は狭心症についてのお話をしました。
今回は心筋梗塞についてのお話です。

急性心筋梗塞

急性心筋梗塞は、前回述べた冠動脈プラークの突然の破綻により、冠動脈内に血栓が生じて閉塞し、心筋への血液の供給が途絶え酸素の供給を受けられずに心筋が壊死する病気です。いわゆる突然死症候群の多くを占めており、発症すると30%程度の方が病院にたどり着く前に亡くなるという恐ろしい病気です。症状は突然に発症し、胸の強い痛みや圧迫感が出現し持続します。狭心症の痛みと似ていますが、より激しく長く続き、ニトログリセリンを使用しても軽減しません。死の恐怖を伴う事があります。糖尿病の方など一部の人では胸痛がみられないこともあります。

急性心筋梗塞の検査・診断の方法

心電図 心電図は重要な検査で、典型的な場合すぐに診断することができます。トラブルを起こしている冠動脈はどれかを推定することもできます。

血清マーカー 通常心筋内にあり、心筋が損傷を受けると血流中に放出される物質を測定することで、心筋梗塞の診断に役立ちます。血液中にこれらの物質がみられる場合は、心筋が壊死していることを強く示唆します。クレアチンキナーゼ(CK)、クレアチンキナーゼMB(CK-MB)、トロポニンTなどがあります。

心臓超音波検査(心エコー) 心臓超音波検査では、左心室の壁の一部の動きが悪くなっているかどうかを評価します。また、心筋梗塞に伴う合併症の有無の評価にも有用です。

心臓カテーテル検査 診断の確定とそれに引き続いて行われる治療のために、緊急で心臓カテーテル検査が行われます。

急性心筋梗塞の治療

急性心筋梗塞は緊急に治療する必要があります。初期治療として、酸素吸入や、抗血小板薬、硝酸薬、鎮痛薬などの投与が行われます。心筋梗塞が確定的であれば、冠動脈の血流を早期に回復させるために、心臓カテーテル検査が行われます。心臓カテーテル検査を行い、冠動脈の閉塞または高度狭窄が確認された場合、引き続いてカテーテルによる治療(経皮的冠動脈形成術)が行われます。心筋梗塞によって高度にポンプ機能

が障害された場合、血圧が低下しショックになったり、徐脈になったりすることがあります。この場合大動脈バルーンポンピングや経皮心肺補助装置、体外式ペースメーカーなどの循環補助装置が用いられることもあります。当院では、緊急心臓カテーテル治療後の患者さんは、重症患者さんの管理が可能なHCU(ハイケアユニット)に収容されます。

急性心筋梗塞の合併症

急性心筋梗塞の主な合併症には、以下のようなものがあります。

心不全 心筋が広範囲に壊死すると心臓のポンプ機能が低下し、心臓は体が必要とする量の血液と酸素を送り出せなくなり、心不全を起こします。

致死性不整脈 心室細動などの致死的な不整脈は心筋梗塞による死亡の原因の一つです。心室細動は治療が遅れると分単位で死亡率が上昇し、病院外での死亡の原因の多くを占めると考えられています。院外での発生の場合、周囲の人によるAEDなどを用いた治療が重要です。

心筋破裂・中隔穿孔 頻度はまれですが、心臓が血液を送り出す圧力で、壊死した部分の心筋に穴があくことがあります。緊急手術が必要ですが、発症すると救命率は高くはありません。

その他の合併症として僧帽弁閉鎖不全症、心室瘤(心室壁内に膨隆ができる)、血栓(塞栓)症、心膜炎などがあります。

最後に

狭心症、心筋梗塞においていずれの治療法を選択した場合でも、再発・進行予防のため冠動脈疾患(虚血性心疾患)の危険因子をコントロールすることが不可欠です。糖尿病、高血圧や高コレステロール血症があればその治療が行われます。禁煙は必須です。適度な運動や肥満の是正も勧められます。特に心筋梗塞は死に至る疾患で、また救命できたとしても心不全が残り、息切れなどで生活の質が落ちてしまう恐ろしい病気です。普段から、このような生活習慣病の管理を心がけましょう。