

### インフアントマッサージ

赤ちゃんに行うマッサージを通じて、親子の絆を深めましょう。また、育児に関する相談もできます。

**日程** 1カ月4回が1クール

1月9日(木)・16日(木)・23日(木)・30日(木)  
(全4回)

2月6日(木)・13日(木)・20日(木)・27日(木)  
(全4回)

3月5日(木)・12日(木)・19日(木)・26日(木)  
(全4回)

**時間** 午後1時～3時

**場所** 市民病院2階講義室

**講師** 市民病院助産師

**対象** 6カ月くらいまでの乳児とその保護者

**参加費** 1カ月3000円(市民病院で分娩した方は2000円)

※参加費には、子育て応援券が使えます。

**申込** 電話または直接左記へ。

**問合せ** 市民病院産婦人科外来

☎28-5151 内線1250

### 第12回地域医療を考える市民の集い

#### 「アドバンス・ケア・プランニング(ACP)」とは

「終活」という言葉が話題になり数年経ちますが、「終活」ってどのようなすべばいいのでしょうか？人生の最終段階に受ける医療・ケア等について、本人が家族や医療者等と繰り返し話し合う

取り組み「アドバンス・ケア・プランニング(ACP)」についてお話しします。

**日時** 12月21日(土)

午前10時～11時20分

**場所** 市民病院2階講義室

**講師** 海部医療圏在宅医療・介護連携支援センター(あまさぼ)医療相談員

**対象** どなたでも

**申込・参加費** 不要

**主催** 海部地域の医療と健康を推進する協議会、海部地域医療サポーターの会

**問合せ** 市民病院地域医療センター

☎28-5151 内線2113

### 長寿体操

**日時・場所・定員等** 下表のとおり

**対象** 市内在住の65歳以上の方

**受講料** 無料

**申込** 12月2日(月)～11日(水)に電話または直接左記へ(応募者多数の場合は、初回の方、要介護認定等をお持ちでない方優先の後、抽選)。

※お一人一教室のみ申し込みできます。

**問合せ** 高齢介護課長寿福祉G

☎24-1118



教室名	開催日	開催時間	場所	講師	回数	定員
<b>プール教室【初級】</b> ※流水プールでの水中運動。泳げなくても参加可能。	1月8日～3月11日 (毎週水曜日)	午後2時50分～3時30分	第二陽だまりの里(寺野町字好土44番地)	ヒルズひだまり職員	10回	各5人
		午後3時35分～4時15分				
		午後4時20分～5時				
<b>つし丸たいそう教室</b>	1月10日～3月13日 (毎週金曜日)	午後1時30分～2時30分	神島田公民館	津島市健康づくりリーダー	10回	10人

### 糖尿病教室

**日時・テーマ** 左表のとおり

開催日	スケジュール 午後2時～3時20分			
	12月13日(金)	糖尿病と足の病氣(担当:皮膚科医師)	糖尿病の基本について(担当:内分泌内科医師)	薬物療法(担当:薬剤師)
1月10日(金)	糖尿病の基本について(担当:内分泌内科医師)	簡単にできる運動療法(担当:理学・作業療法士)	認知症について(担当:脳神経内科医師)	食事療法(担当:管理栄養士)
2月14日(金)		医療費について(担当:医療相談員)		
3月13日(金)		腎臓病について(担当:腎臓内科医師)	薬物療法(担当:薬剤師)	

※内容は前後する場合があります。ご了承ください。  
 ※車でお越しの場合は、駐車券を受付までお持ちください。

**場所** 市民病院2階講義室  
**内容** 糖尿病の病態・合併症治療について

※希望者には血糖測定を実施します。

**対象** どなたでも(当院に通院していない方も参加可能)

**申込・参加費** 不要(初回のみテキスト代500円が必要)

**問合せ** 市民病院栄養管理室

☎28-5151 内線3121

## 市民病院 公開講座



### めまいのリハビリ体操

**日時** 12月18日(水) 午後2時～3時

**場所** 市民病院2階講義室

**内容** めまいについての簡単な説明と、めまいを和らげる体操(実技)を行います。動きやすい服装でご参加ください。

**講師** 市民病院耳鼻いんこう科医師・看護師

**申込・参加費** 不要

**問合せ** 市民病院地域医療センター  
☎28-5151 内線2113

### 風しんの抗体検査を受けましょう

風しんの感染拡大防止のため、風しんの追加的対策を実施しています。市が発行するクーポン券を使い、抗体検査および予防接種を無料で受けることができます。

**対象** 津島市に住居登録のある昭和37年4月2日～54年4月1日に生まれた男性

**実施期間** 令和2年3月31日(火)まで

※詳細については左記までご連絡ください。

**問合せ** 保健センター ☎23-1155-1

### 12月1日は世界エイズデー

世界的レベルでのエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として定められました。この機会にエイズを正しく理解しましょう。

#### エイズとは

エイズ(後天性免疫不全症候群)は、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染によって起ります。

HIVに感染すると、体を病気から守ってくれる免疫力を低下させます。そして、健康な時には自分の力で抑えることができた病気にかかりやすくなります。エイズ発症の指標として指定されている感染症を発症した状態がエイズです。

#### HIVの感染経路

HIVは主に3つの経路で感染します。

- ・ 性行為による感染
- ・ 血液を介した感染
- ・ 母子感染

性行為による感染は最も多い感染経路です。HIVの感染力は弱く、性行為以外の社会生活の中で感染することはまずありません。HIV感染を防ぐためにコンドームを正しく使用することが重要です。

#### 日本の流行の状況

平成30年の新規HIV感染者・エイズ患者報告数は1288件で、2年続けて減少しています。

- ・ 新規HIV感染者 921件
- ・ 新規エイズ患者 367件
- ・ 累計報告数 3万120件

日本では、新規報告者数のおよそ3割がエイズを発症して見つかっています。つまり、自身がHIVに感染していることを知らない人が数多く存在すると推定されます。

#### HIV感染症の治療

現在、体の中のHIVを完全に取り除く治療法はありません。しかし、医学の進歩によって、エイズを発症する前にHIV感染を知り、抗HIV薬を服薬すれば、感染前と変わらない日常生活を送ることができるようになりました。早期発見・早期治療が大切です。

#### HIV検査のご案内

HIVに感染しても特徴的な症状はないため、HIVに感染したかどうか調べるには、HIV検査を受けるしかありません。HIV検査は血液検査で行いますが、検査初期には、検査ではわからない時期があります。感染の有無を確認したいときは、感染の可能性のある機会から3カ月以上たってから検査を受けてください。

#### HIV検査はどこで受ける??

HIV検査は全国の保健所で無料・匿名で受けることができます。HIV感染の心配が少しでもあれば、検査を受けるようにしましょう。

#### 相談・検査の実施先

津島保健所 ☎24-6999

## スポーツ

### 第14回愛知県市町村対抗駅伝競走大会チーム編成

12月7日(土)に開催されるこの大会に出場する津島市代表チームは左記のとおりです。今年度はプロランナーの神野大地選手が津島市代表チームの一員として大会に参加します。

#### チーム編成 (敬称略)

監督 平井章博(津島高校教諭陸上部顧問)

コーチ 市井佑治(愛西市立佐屋西小学校教諭)

選手 第1区 石倉千(藤浪中)・新田沙良(藤浪中)、第2区 市川和季(津島東高)・尾頭樹音(津島高)、第3区 尾頭哲英・水野嘉久、第4区 田中捺嘉(北小)・山本華奈(南小)、第5区 高橋駿介(藤浪中)・鳥羽恭平(神守中)、第6区 松井聖(神島田小)・森屋颯(北小)、第7区 有田早那・伊藤菜々、第8区 大宮奈津美(津島東高)・山田小雪(津島高)、第9区 神野大地・三浦颯士

**日時** 12月7日(土)(雨天決行)

午後0時35分から

**場所** 愛・地球博記念公園内

**その他** 大会の様子はテレビ中継される予定です。

**問合せ** 社会教育課スポーツ振興G

☎55-94288

お知らせ

募集

催し

教室・講座

子育て・健康

スポーツ

全国大会出場

成績発表

荣誉

寄附



# 第72回津島市駅伝競走大会

日時 1月26日(日) 午前8時45分 小雨決行(予備日なし)  
 集合場所 東公園芝生広場  
 部門・参加資格 下表のとおり

部門	距離	参加資格
一般男子	約20km	津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在勤の方で構成したチーム(中学生・高校生は不可)
高校男子	約20km	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	約18km	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	約14km	津島市・愛西市・あま市に在学の中学生で構成したチーム
中学女子	約14km	

※部門により区間毎の距離が異なります。詳細は開催要項をご確認ください。

**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、一般女子 1チーム 2,000円
- ・中学男子、中学女子 1チーム 1,500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2日(月)～25日(水)に社会教育課へ。

**監督主将会議** 1月21日(火)午後7時から生涯学習センターで行います。

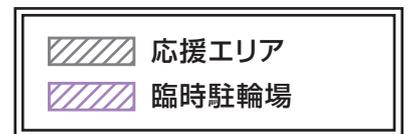
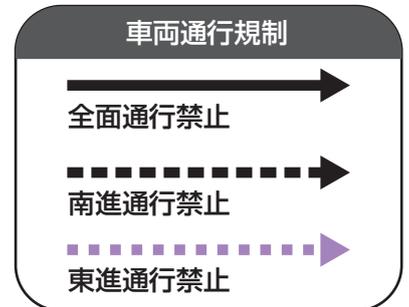
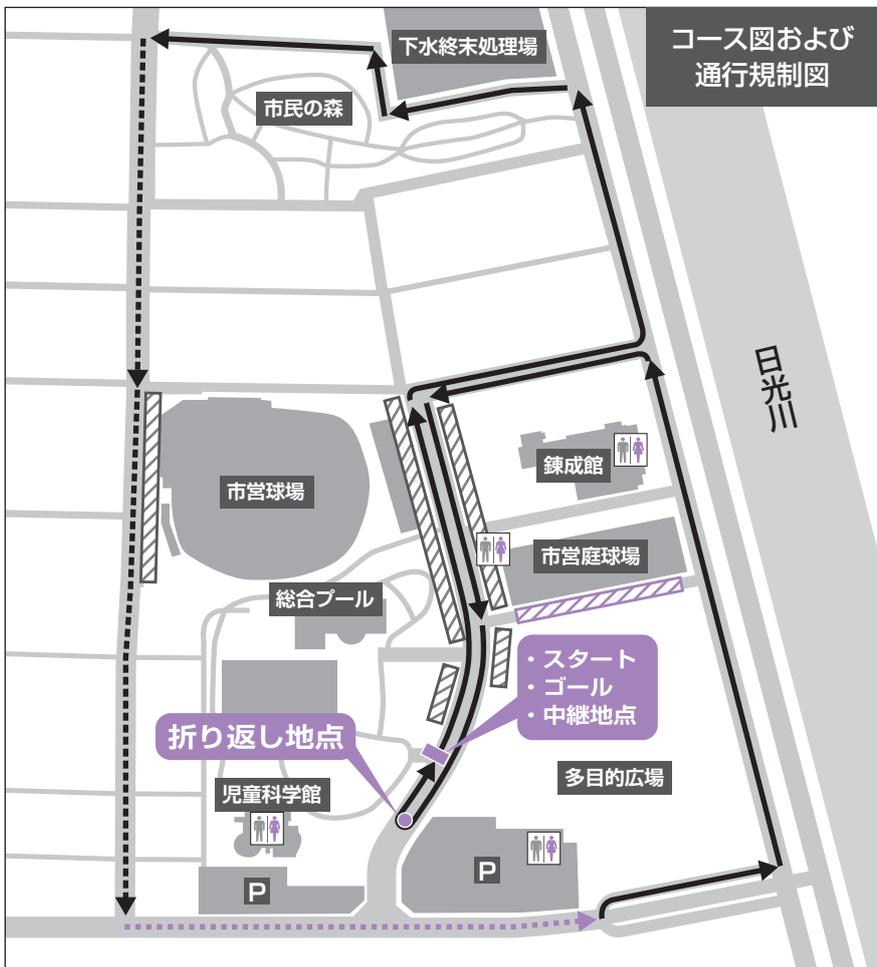
### その他

- ・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、悪天候での中止の場合を除き行いません。

**主催** 市、市教育委員会、市スポーツ協会

**主管** 市スポーツ協会陸上部

**問合せ** 社会教育課スポーツ振興G ☎55-9428



通行規制にご協力をお願いします



お知らせ

募集

催し

教室・講座

子育て・健康

スポーツ

全国大会出場

成績発表

栄誉

寄附



# 全国大会出場

天皇賜盃第88回日本学生陸上競技対校選手権大会(岐阜県岐阜市)



**中山 聖さん**(愛知教育大学大学院生・中一色町)

**出場経緯** 所属する愛知教育大学が4×100mリレー、4×400mリレー種目において、参加標準記録を突破したため

日本スポーツマスターズ2019ソフトテニス競技(岐阜県瑞浪市)

**鶴見 和生さん**(東邦ガス株式会社・中一色町)

**出場経緯** 令和元年度日本スポーツマスターズ愛知県予選(男子35歳以上)優勝

とびうお杯第34回全国少年少女水泳競技大会(静岡県浜松市)



**黒田 栄斗君**(西小學校6年生・中地町)

**出場経緯** 参加標準記録(50m自由形、50mバタフライ、100mバタフライ)を突破したため

第22回全国ヤングクラブ優勝大会(大阪府門真市)

**水野 吏温君**(天王中学校3年生・観音町)

**出場経緯** 第8回愛知県ヤングバレーボールクラブ男女優勝大会(U-14男子)優勝

令和元年度JOCジュニアオリンピックカップ第32回全日本小学生相撲優勝大会(東京都墨田区)



**山田 透史君**(神島田小学校4年生・唐臼町)

**出場経緯** 第22回東海少年相撲大会第3位



## 寄附

ご厚意ありがとうございました

社会福祉基金へ

玉家会様

現金

市へ

津島毛織工業協同組合神守地区機屋ご

一同様

手織り機イトシヤフト

祖父江勝利様

ガラスケース2台



# 成績発表

## 2019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188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29作品を選考しました。

入選作品(敬称略)

小学校の部

廣田湖春 (北小5年)

垣見菜月 (東小6年)

浦山久実 (西小6年)

中学校の部

高木菜々美(藤浪中2年)

廣田華帆(藤浪中2年)

佐藤明依(藤浪中2年)

高等学校の部

北 琉世(津島高1年)

袖川真緒(津島高1年)

安田大地(津島高1年)

市の入賞作品38点を、12月8日(日)までヨシヅヤ津島本店に展示しています。

問合 市選挙管理委員会(総務課庶務

G) ☎55-96606



# 栄誉

旭日小 綴章 寺田 晏章氏(元津島商工会議所会頭)

多年にわたり、地域の産業振興に貢献された功績に対し、授与されたものです。

瑞宝双光章

杉山 利雄氏(元津島市助役)

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。

広報紙がアプリで読める

アプリダウンロードはこちらから



iOS版



Android版

- ・興味のある分野にしぼってお知らせ
- ・無料で読める(別途通信料は必要です)
- ・「オフライン閲覧モード」で、いつでもどこでも読める
- ・防災マップも読める

問合 シティプロモーション課 広報・広聴G ☎55-9584