

# ◆災害時に備えましょう◆

いざという時に備えて、日ごろから非常持ち出し品を準備しておきましょう。

## 非常持ち出し品の例

◎非常食・飲料水(7日分)、飲食のための用具、避難用具、貴重品、日用品、衣類、救急医薬品

◎乳幼児のいる家庭では、オムツ、ミルク、ほ乳ビン、母子健康手帳など

◎お年寄りや障がい者のいる家庭では、予備メガネ、補聴器、補助具、障害者手帳など  
避難所に避難するときは、各自で非常持ち出し品(食料など)を持って避難してください。

※避難所一覧、非常持ち出し品チェックリストなど、市ホームページ(安心・安全→防災)もご覧ください。

問合せ 危機管理課危機防災G ☎55-9594



## 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



『おいかけてこのひみつ』  
いとう ひろし さく  
ポプラ社

南の国の草原にとてもあしのはやいシマウマとライオンがいました。ある日、シマウマがライオンにおわれていると、おどろくことにシマウマからシマシマが取れてしまい、ライオンにはりついて「シマライオン」となっていました。

こまった2匹は元にもどろうとまたおいかけて。今度はライオンから取れたタテガミがシマウマにはりついて「タテガミウマ」となっていました。どうすれば元のすがたにもどれるのでしょうか。

### 一般書



『一気にわかる!池上彰の世界情勢 2020』  
池上 彰 著  
毎日新聞出版

世界の時事問題をわかりやすく解説してくれることで定評のある池上彰氏。この本は世界情勢のニュースをQ&A方式で回答してさらに詳しく解説をした内容となっています。

「アメリカはなぜ銃の規制が進まないのか?」「ロシアと日本の北方領土はどうなったか」といった誰もが気になる疑問から「香港で市民による大規模なデモが起こったのはなぜ?」「日本はなぜTPPに参加することになったのか」といった最新の世界情勢までニュースの疑問を池上氏がすっきり解決していきます。

『どはん山』 はらぺこめがね 著 白泉社

『ブラックホールってすごいやつ』 本間 希樹 著 吉田 戦車 イラスト 扶桑社

『上手に食べて、ずーっと健康! 柳沢 幸江 監修 武蔵 裕子 栄養を捨てないシニアの簡単レシピ』 調理指導 家の光協会

『これでもいいのだ』 ジェーン・スー 著 中央公論新社

[ 5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。

## 私たちと一緒に働いてくれる仲間を募集します(正社員・パート)



笑顔で元気!  
人と接する仕事が  
好きな方大歓迎!

- 内容: 障がいのある方に対する身のお手伝い
- 時間: 正社員:4交代制、パート:1日3時間以上
- 給与: 面接の上決定(経験者優遇)



社会福祉法人

あい さん かい  
愛 燦 会

障がい者センター あいさんハウス

津島市上新田町2丁目200番地 TEL0567-24-3725 (林崎・田中)



### ゴールデンウィークの空き巣対策

例年ゴールデンウィークは不在宅が多くなり、空き巣被害が多発する傾向にあります。長期間家を留守にするときは、自宅の戸締まりを確実にしてください。

#### 自宅を守るには...

無人の自宅をドロボウから守るには、複数施設と地域のつながりが重要です。

- ・クレセント錠1カ所のみでの施設では防犯上不安です。左上の写真のような補助錠を設置しましょう。両戸シャッターも効果的です。

・長期不在にする場合は、隣近所に留守を伝えましょう。新聞は配達停止を依頼し、留守を悟られないようにしましょう。



### 5月6月は自転車乗用中の事故死者数が増加します

年齢別では、高齢者が7割以上を占めています。高齢者による自転車事故の約7割が出会い頭の事故で、その大半が午前9時から正午に発生しています。

左右の確認や一時停止等の交通ルールを守り、事故に遭わない、起こさないことを心がけましょう。

### 免許更新受付時間変更のお知らせ

令和2年6月から高齢運転者免許更新にかかる認知機能検査を警察署で実施します。これに合わせて免許更新は、「午後」のみの受付となります。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

#### 認知機能検査

午前9時～11時

#### 免許更新

正午～午後4時

### 津島警察署仮庁舎へ移転

津島警察署は、庁舎の建て替えのため仮庁舎へ移転しました。

#### 所在地

愛西市諏訪町池埋500番地1  
(愛西市役所佐織支所東側)  
☎24-0110(変更なし)



### 市民病院を知ろう③③ ～日本超音波医学会認定 超音波検査士編～

今回は日本超音波医学会認定超音波検査士である水谷主任検査技師と大平副主任検査技師に、シティブロモーション課職員がお話を聞いてきました。

**Q. 超音波検査とはどのような検査ですか。**

**A.** 人の耳には聞こえない音(超音波)を利用して、体内の臓器や血液の流れる様子をモニターに映し出す検査です。エコー検査とも呼ばれ、例えば、妊婦さんのお腹の中の赤ちゃんを見る検査にも使われています。

特長として、リアルタイムで臓器の様子を観察することができる点、放射線被ばくの心配や検査に伴う痛みがなく、患者さんへの負担が少ない点が挙げられます。

**Q. 日本超音波医学会認定超音波検査士について教えてください。**

**A.** 超音波検査士の認定は消化器循環器・血管等、7つの領域に分けられています。当院ではこの認定資格を取得している職員が3人います。

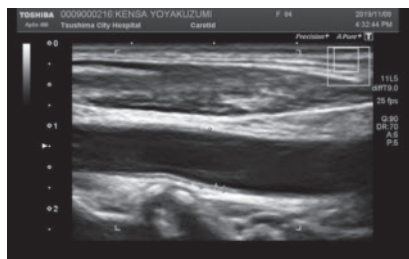
超音波を出す「プローブ」と呼ばれる機械を皮膚に当てて検査をしますが、プローブの当て方や角度によって映し出せる画像(臓器の見え方)が変わるため、検査士の技量は超音波画像精度に大きく影響します。また、直

接見えない体の中の臓器を正しく映し出すためには、各臓器の位置関係や構造、機能等の解剖学的な理解が必要で、そのため、知識技術の向上に努めています。

今回のインタビューでは、日本超音波医学会認定超音波検査士は超音波検査の各領域において、高度な技量や専門的な知識を併せ持っていることが分かりました。

問合 市民病院管理課管理G

☎28-5151 内線22001



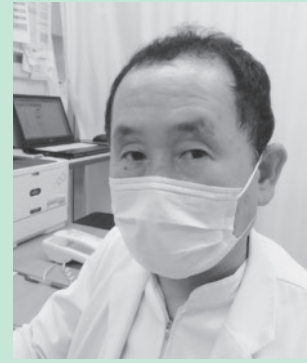
▲モニターに映し出された血管画像



▲超音波検査機

## 私のカルテ

No. 3 8 4

新型コロナウイルス感染症から  
身を守るためにできる事津島市民病院  
副院長兼統括内科部長  
兼感染対策部長中尾  
なかと彰宏  
あきひろ

今日の日付は2020年3月8日(日)で、私は今「市政のひろば」5月号に掲載されるための原稿を書いています。

現在の日本を含む世界の情勢は、新型コロナウイルス感染症が急速に拡大している大変な状況で、2020年3月8日の時点で、世界では10万人以上の感染者と3千人以上の死亡者を数えています。今回は、この新型コロナウイルス感染から身を守るために、個人レベルでできる事を考えてみます。

新型コロナウイルスは、飛沫および接触により感染するとされています。飛沫感染とは、咳やくしゃみの時に発生したしぶきを顔に浴びて感染、接触感染とはドアノブや手すりに付着したウイルスを手で触ってその手で顔を触って感染、どちらも最後は顔(口・鼻・目)を経由します。飛沫および接触感染を防ぐためにできる事は「マスク」「手洗い」「うがい」「顔洗い」「顔を触らない」などがあります。

## 1. マスク

現在広く使われている外科(サージカル)マスクは不織布マスクで、ガーゼなどの布マスクに比べて、大量に安価で生産ができます。マスクは飛沫感染を防ぎ、それは人から自分への感染を防ぐだけでなく、もし自分が感染してしまっていた場合に自分から人にうつしてしまうことも防ぎます。外科マスクは一般的には3層の構造になっており、外側と内側が決まっています。内側は吸水性のシートでできており、自分のしぶきを吸い取ります。外側は撥水性のシートでできており、人が飛ばしたしぶきははじき飛ばします。その間にフィルターの役割をするシートがはさまれています。もし内側と外側を間違えて使うと、人が飛ばしたしぶきははじき飛ばさず吸着して保持して、さらにそこを無意識に触ったりして、汚染をより助長してしまうことになるので注意が必要です。内側の吸水性のシートは、多少の保温や保湿の働きもあり、例えばインフルエンザウイルスは低温・乾燥を好むので、保温や保湿は予防に働きます。また、気管支粘膜の繊毛は、低温で乾燥すると動きがにぶるので、その点からも保温や保湿は予防に働きます。マスクは、一部では接触感染予防にも働き、自分の手で無意識に口や鼻を触ってしまうのを防ぎます。マスクを外す時には、外側は汚染されているので、外側を触らないようにして外します。

## 2. 手洗い

手洗いは、接触感染を防ぐために最も基本的な防御

方法です。接触感染は、ウイルスが手すりやドアノブなどに付着していて、それを手で触って、その手で顔を触って、鼻や口や眼から感染するものです。接触感染の起こりやすさは、そのウイルスがどの位の期間、手すりなどの環境の中で生存できるかということにも影響を受けます。インフルエンザウイルスの場合は1~2日、2003年に流行したSARSコロナウイルスの場合は6~9日、新型コロナウイルスについては現時点では不明ですが、SARSコロナウイルスと同等もしくはそれ以上と推定されています。

## 3. うがい

最近では、インフルエンザの予防の際にもあまり言われなくなったうがいですが、効果がないわけではなく、現実的に頻回にうがいをするのは困難であることが多く、取り上げられなくなったというのが実情です。飛沫を誤って吸い込んだ時や、のどを不快に感じた時などは、席を外してでもうがいを行った方が良いと思います。ちなみに、カゼの予防としてのうがいには、消毒液のうがいよりも水道水によるうがいの方が、効果があることが分かっています。

## 4. 顔洗い

「手洗い」「うがい」に、追加でおすすめなのが顔洗いです。頻回にはできないと思いますが、家に帰った時、食事の前、マスクを外した時、など節目の時に、手洗いと同時に顔洗いをすると良いと思います。

## 5. 顔を触らない

前記の「手洗い」「うがい」「顔洗い」が推奨されるといっても、タイミング的にどうしてもできない時も多いと思います。そんな時に意識することは、「顔を触らない」ということです。両手にいくら大量のウイルスが付着していたとしても、ウイルスが手の皮膚から侵入して感染するということはありません。最終的には、ウイルスが、口や鼻や目に付着してその粘膜から感染します。従って顔に触りさえしなければ感染を防げるのです。

この原稿が掲載される5月ごろに、現在猛威を奮っている新型コロナウイルス感染症がどうなっているのか、全く分かりません。願わくば、とっくに収束に向かっていて、そのころには誰もこの記事に興味を持たない、という状態になっていることを祈っています。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止や内容の変更をさせていただく場合があります。

## 6月の母子健康診査、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
HAPPYマタニティ(妊娠編)	21(日)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時40分)	妊娠中の方とその家族 内容:妊娠中の食事や過ごし方についての講話、お父さんの妊婦体験、交流会	30人 予約制	母子健康手帳
離乳食前期	17(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時40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、歯のお話など	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児健康診査	10(水) 24(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	11(木) 18(木)	午後1時～1時45分	※対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 問診票
2歳児歯科健康診査	25(木)	午後1時～1時45分	2歳以上3歳未満のお子さん	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	12(金) 19(金)	午後1時～1時45分	※対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 問診票 視力・聴力アンケート

☆乳幼児健康診査はすべて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。

☆麻しん(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。	5月15日(金)、6月19日(金) ※要予約 ※上記以外の日程でも 相談可能
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。	

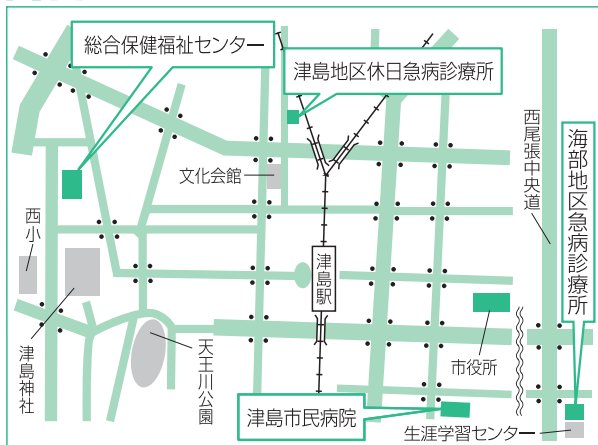
### くすり安心電話

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～午前0時

☎090-2136-3858

## 問合せ 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



<b>津島地区休日急病診療所</b> <b>内科・小児科</b> 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	<b>海部地区急病診療所</b> <b>内科・小児科</b> 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 <b>歯科</b> 日・祝日 午前9時～11時30分 午後2時～4時30分 所在地 荻原町字郷西37 ☎25-5210
<b>津島市民病院</b> 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

文化会館  
催しガイド

(4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	料金	問合せ
詩吟発表会	5月17日(日) 午前9時	大	無料	山川 ☎052-461-2008
2020愛知県ダンス スポーツ選手権大会	5月23日(土) 午前10時	大	無料	愛知県ダンス スポーツ連盟 ☎052-731-6881
全日本選手権10ダンス	6月7日(日) 午前9時30分	大	無料	愛知県ダンス スポーツ連盟 ☎052-731-6881

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。

催し	日時	場所	料金	問合せ
ジャブジャブ池 観察(春)	5月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 ジャブジャブ池	無料	海南こどもの国 ☎52-1515
みんなであそぼう ～わっとボール～	5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
七宝焼体験教室 特別企画 「HONUのチャーム」 (要予約)	5月16日(土)・17日(日)・19日(火) 20日(水)・27日(水)のいずれか1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2回探鳥会	5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
ゲートゴルフをしよう	5月23日(土) 受付:午前10時30分～ 午後3時	海南こどもの国 多目的広場	無料	海南こどもの国 ☎52-1515
第3回ミニ探鳥会	6月7日(日) 午前10時30分～ 11時30分	弥富野鳥園 保護地内	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338

お任せください!!

ヒザ・腰痛を改善し元気を取り戻しましょう

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

ヒザの痛み  
何とかならない  
かしら...

ニーズに  
あった  
個別指導

週1～2回の  
体操で  
健康づくり!

外出サポート  
“お助け隊”で  
お出かけも安心



送迎あり・体験できます

☎0567-23-3339

〒496-0833 津島市常盤町 4-33-7 (南小学校南門前の緑色の建物です)

ご自宅でのリハビリなら  
ながた訪問鍼灸マッサージ

寝たきりや  
歩行が  
困難な方に

ご自宅で  
機能訓練が  
できます

健康保険が使えます (※医師の同意書が必要)

☎0567-26-7711

# 5 月 市 民 相 談

※相談員の都合により相談を休むことがありますので、当日、電話でご確認ください。翌月7日分まで掲載。  
 ※法律相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日時に相談できない場合があります。  
 ※年金相談は、受付件数が限られています(番号札は、当日午前8時30分から配布)。

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	1日、6月5日 午前10時～正午	市役所1階相談室	人事秘書課秘書G ☎24-1123
内職相談	7、14、21、28日、6月4日 午前10時～正午、午後1時～3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	相談日のみ ☎24-3456
心配ごと相談	8日 午前9時～正午 受付は午前11時30分まで	総合保健福祉センター 2階市民相談室	相談日のみ ☎24-3456 社会福祉協議会 ☎25-8411
法律相談(要予約)	19日、6月2日 午後1時～3時	総合保健福祉センター 2階市民相談室	社会福祉協議会 ☎25-8411
高齢者の健康相談	12、19、26日、6月2日 午後1時～3時	老人福祉センター	☎28-7561
高齢者の健康相談	13、20、27日、6月3日 午後1時～3時	神島田祖父母の家	☎32-2151
認知症介護相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～午後4時	— (電話相談)	公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部 ☎0562-31-1911
家庭児童相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～午後5時15分	総合保健福祉センター 3階家庭児童相談室	☎24-0350
年金相談	21日 午前10時～午後3時	市役所1階相談室	保険年金課医療・年金G ☎24-1114
法律相談(要予約)	12日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務課庶務G ☎55-9606
消費生活相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後4時30分	海部総合庁舎1階	海部地域消費生活センター ☎23-0150
相続・登記相談(要予約) ※ただし、相続税は除く	13日、6月3日 午後1時～3時	津島商工会議所相談室	津島商工会議所 ☎28-2800
創業・経営 個別無料相談会 (要予約)	20日 午前9時～午後5時	津島商工会議所相談室	津島商工会議所 ☎28-2800
労働者特別相談・ 勤労者金融相談	月曜日～金曜日(祝日は除く) 午前10時～正午、午後1時～4時	— (電話相談)	勤労者安心ネットワークセンター ☎0120-81-1505
ファミリー・サポート・センター 移動事務所	14日 午前11時～正午	西地区子育て支援 センター	ファミリー・サポート・センター ☎55-7708
手話通訳者設置日	7、13、14、20、21、27、28日、6月3、4日 午前9時～正午、午後1時～4時	市役所福祉課	福祉課福祉G ☎24-1138 ☎24-1115

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止となる場合があります。  
 事前に電話でご確認ください。

## 津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総人口…… 62,024人 (-217) 男……… 30,627人 (-114) 女……… 31,397人 (-103) 世帯数… 26,553世帯 (+17) 4月1日現在、( )内は前月比
市内の交通事故・ 犯罪 [2月]	事故発生件数 … 24件(43件) うち死亡者 …… 0人(1人) ※犯罪発生件数は、統計システムの 更新作業中のため集計ができません。 ( )内は令和2年中の累計
市内の火災	2月……… 1件(3件) ( )内は令和2年中の累計
救急車の 出動件数	2月……… 234件(490件) ( )内は令和2年中の累計

## 今月の市税や料金など

納期限 令和2年6月1日(月)

軽自動車税(種別割)…全期 国民健康保険税…第1期 介護保険料…第2期  
 市営・改良住宅家賃、住宅新築資金等償還金、保育所等利用者負担金…5月分

## 市税の今後の納期

	6 月	7 月	8 月
市民税・県民税	第 1 期	—	第 2 期
固定資産税・都市計画税	—	第 2 期	—
国民健康保険税	第 2 期	第 3 期	第 4 期

## 税や料金の納付には便利な口座振替をご利用ください

水道料金をはじめ、市に対するお支払いの多くにご利用いただけます。  
 取扱金融機関の窓口にてお申し込みください。

### 取扱金融機関

いちい信用金庫、三菱UFJ銀行、大垣共立銀行、十六銀行、三重銀行、愛知銀行、名古屋銀行、中京銀行、東海労働金庫、海部東農業協同組合、あいち海部農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)



(写真上) ソメイヨシノ  
(写真下) しだれ桜

津島に春の訪れを告げる天王川公園の桜。

3月末にはソメイヨシノが、4月上旬にはしだれ桜が満開を迎えました。

なお、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、今年は夜間照明が中止となりました。



### 看護師への第一歩

20・4・2(木)  
看護専門学校

市立看護専門学校で令和2年度入学式が挙行されました。

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、規模縮小、手指消毒、マスク着用などの対策が取られるなか、牧野美樹校長から激励の言葉が送られ、入学生代表者が誓いの言葉を述べました。

入学生32人は、自身の可能性を信じ、看護師という目標に向かって第一歩を踏み出しました。

## 自宅で楽しくつし丸たいそう

問合せ 高齢介護課地域包括ケアG  
☎55-9471



新型コロナウイルスの感染対策で不要不急な外出を控えている高齢者のみなさんの心身機能の低下を少しでも抑えるため、介護予防を目的とした市のご当地体操「ツキキーストレッチ」「つし丸たいそう」を動画サイトに掲載しています。

自宅で映像を見ながら、いつでも簡単に楽しく取り組める体操で、市のホームページからも閲覧することができます。またご希望の方には、DVDやCD等の貸し出しも行っています。

発行

津島市市長公室シティプロモーション課 〒496-8686 愛知県津島市立込町2-21

☎24-1111(代表)

🌐 <http://www.city.tsushima.lg.jp>

☎55-9584(ダイヤル)

携帯サイトから施設の所在地・電話番号が確認できます(別途通信料が必要です)。

「市政のひろば」にご自身の写真が載っている場合、お申し出いただければ差し上げます。