

☺ 子どもの目

無我夢中のシャトルラン

「ド、レ、ミ」
うわっと心の中で思った。シャトルランでどんどん速くなっていくリズム。これから地ごくのシャトルランが始まるんだと思うと腹が痛くなり、心臓の音が速くなってきた。
とうとう自分の番がきた。最初は、深呼吸できるくらいよゆうだったが……。そこから、息が追いつかなくなってきた。30回までは「よゆうだ」と思っていたのだが。

40回を過ぎた。まだ大丈夫だ。が、50回にきたその時、体やこの世の全てが重く感じた。また、呼吸が一気につらくなった。しかし、あきらめずに走った。最後は、もう無我夢中で、がむしゃらにただ前だけを向いて走った。そうして70回をこえたとき気がつくといつと倒れるように走り終えた。

今でも「もっと走ればよかったな」と思っているが、これはこれで大満足している。



東小学校 6年
やまもと りょうすけ 君
山本 篤司

📖 ほんのひととき

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



『ニ平方メートルの世界で』
前田海音 文
はたこうしろう 絵
小学館

札幌に暮らす小学3年生のわたしは、3歳のころから入退院を繰り返しています。ある日、病室のベッドで横になっているとき、ふだんと頭の向きを逆にやってみると、備えつけのテーブルの裏に、たくさんの言葉が書きこまれていることに気づきました。それは、このベッドで同じテーブルを使ってすごした「先輩」たちが、「ひとりじゃないよ」とわたしに語りかけてくれる言葉のようです。
タイトルの「ニ平方メートル」は病室のベッドの大きさのこと。脳神経の難病を抱える小学生が書いた作文をもとにした絵本です。

『未来をつくるあなたへ』
中満 泉 著 岩波書店

『みつばちと少年』
村上しいこ 著 講談社

[8月の休館日]

24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。

一般書



『あの日夏の正解』
早見和真 著
新潮社

2020年、新型コロナウイルスの感染拡大のため、春の選抜に続いて、夏の甲子園も中止となりました。
大会の中止を知った元・高校球児で作家として活躍する著者は、高校野球の強豪校である2校を何度も訪れ、選手たち、そして指導者取材します。18年間の憧れを奪われた選手たちは、現実をどう受け止め、それぞれの高校野球をどう締めくくったのか、彼らが自らの頭で考えた「正解」に耳を傾けます。
「甲子園のない夏」という逆境の中、それでも前を向いて次の一歩を踏み出そうとする選手たちの姿に勇気づけられる1冊です。

『作家と猫』
平凡社編集部 編 平凡社

『道をたずねる』
平岡陽明 著 小学館

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回りのお手伝い
- 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 Tel.0567-24-3725 (木村・田中)

院長 コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

70

病院で死ぬということ



市民病院
院長 神谷里明

現在新型コロナウイルス感染症の拡大により病院や介護施設への家族の出入りが禁止されているが、厳しく制限されています。

最近日本では年間130万人余りの方が亡くなっていますが、病院で亡くなる方は約8割といわれています。最近施設などで看取られる方も増えていきます。そのような状況の中、家族の面会を禁止または厳しく制限することにより、残り少ない時間を家族と過ごすことができないう状態が続いています。確かに病院や施設内に感染症が広がるのは重大なことですので、その侵入を防ぐために出入りする人を制限するのは仕方がないことだと思います。しかし、わずかに残された時間を一人で過ごさなければならぬという状況はほんとうに悲しいです。

現在ACCP(アドバンスケアプランニング)について色々話し合いなどが行わ

れています。今後自分がどこで、どのように、誰と暮らしていきたいのかを家族などと話し合っておこうというものです。今病院で死ぬこと、または施設で看取ってもらったことを選択すれば、一人で孤独に過ごした末に、家族に見守られることなく亡くなるのを覚悟しなければなりません。これは仕方のないことなのでしょう。そのような生き方を皆さんは望みますか。いつまで続くかわからないウイルスが蔓延する状況の中で、自分の生き方を覚悟を持って決めなければなりません。

まだコロナウイルスが収まりを見せない状況の中、いつまで病院、施設の入出入りを禁止し続けなければならぬのか。医療者としては「感染に対する危機感」と、「患者さんおよび家族への思い」の間で非常なジレンマを感じます。在宅での看取りを選択できれば、好きなときに家族と会えます。色々とそのための方策が考えられています。全体的に在宅での看取りができるわけにはありません。まだ病院、施設に入らざるを得ない人が圧倒的に多くいます。いつになったら会いたい時に会いたい人に会うことができるようになるのでしょうか。ワクチンの効果などによりコロナウイルス感染症が収束していくことを望んでいます。

こちら消防署 119番
第214回

つきましたか?住宅用火災警報器
消防本部予防課危険物G
☎23-0419

花火遊びは、迷惑にならない ルールとマナー

子どもたちにとって夏の身近な風物詩「花火」。しかし、子どもの火遊びや火災による子ども死傷事故が後を絶ちません。

気軽に楽しめる花火は、火薬を使用しています。痛ましい子ども死傷事故をなくすためには、日常生活で、正しい火の取り扱いや火の恐ろしさについて教えることが大切です。

取り扱いを誤ると火事や火傷などの事故につながりますので、正しく使ってください。

子どもの火遊びによる火災の 特徴と対策

大人がいない時や人目につきにくい場所が発生することが多く、このために火災の発見が遅れ、初期消火が困難になるなど火災が大きくなる場合があります。もし、火災が発生したら、真っ先に危険にさらされるのは幼い子どもたちです。親や周囲の大人が次の点に注意を払うとともに、日ごろから子どもたち

に火の恐ろしさや火災予防の大切さを教え、理解させましょう。

大人が注意すべきこと

- ・マッチやライターなどは子どもの手の届くところに置かない。
- ・子どもだけで火を取り扱わせない。
- ・子どもが火遊びしているのを見かけたら、注意してやめさせる。
- ・子どもだけを残しての外出はやめる。
- ・子どもに火の恐ろしさ、正しい火の取り扱いについて教える。

花火遊びのルール

- ・風の強い日は避ける。
- ・燃えやすい物がない場所で遊ぶ。
- ・注意書を必ず読む。
- ・水の入ったバケツなどを用意する。
- ・子どもだけで花火をしない。
- ・途中で消えてももぞき込まない。
- ・大きな音が出るような種類の花火は夜中にしない。
- ・ゴミは必ず持ち帰る。
- ・道路や庭を汚さないよう後片付けを忘れない。



新型コロナウイルス感染症拡大防止策として三密を避けましょう。

火災や火傷などの事故が起こらないよう十分注意して、楽しい夏の思い出を作りましょう。

私のカルテ

No. 399

末期腎不全とその治療に関して

津島市民病院
腎臓内科医師加藤
将宏

◆末期腎不全とは

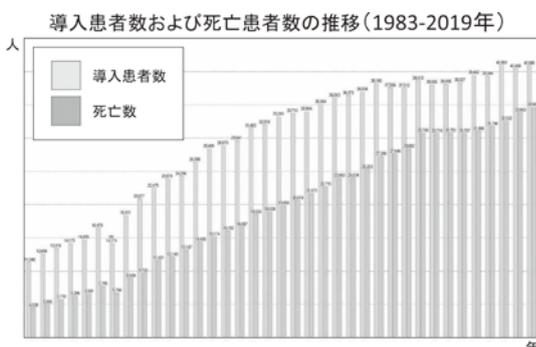
腎臓の大きな役割として、尿を生成することにより体の水分や電解質などのバランスをとること、老廃物を排出することなどがあります。腎臓に障害が生じると、浮腫、心不全、倦怠感、食思不振など様々な症状が生じます。腎臓の障害が慢性的に進行し、それに伴う様々な症状があらわれる病気を慢性腎不全といいます。腎機能が悪くなる原因は高血圧、糖尿病、膠原病、薬剤性など様々であり、原因となる疾患を治療していくこと、慢性腎不全としての食事療法、血圧管理などの介入を行っていくことが望ましいです。慢性腎不全では病状の進行によってステージがG1からG5まで分けられ、G5に該当することを末期腎不全といいます。末期腎不全となってしまった場合には、腎臓の代わりとなる治療、いわゆる腎代替療法（透析か腎移植）が必要となります。

◆移植に関して

腎移植に関しては、脳死・心停止患者から提供していただく献腎移植と、親・子・兄弟などの親族または配偶者から腎臓の提供を受ける生体腎移植があります。日本国内での透析導入患者は2019年時点で38,556人であり、年々導入患者の年齢も上昇傾向にあります。一方で腎移植の適応となる患者のうち、2017年の腎移植数は1,742例で、そのうち生体腎移植が1,544例、献腎移植が178例といった割合でした。腎移植のみで末期腎不全患者の治療を支えるのは困難であり、透析療法が多くを占めているのが現状です。

◆透析療法に関して

我が国の透析患者は増え続けており、亡くなる患者を上回って増加傾向となっています。



透析療法は腎臓の働きの一部を人工的に補う治療法であり、2種類の方法があります。

●血液透析

専用のシャントという血管から針を穿刺し、血液をダイアライザーという膜を通してきれいにしてから体内に戻します。透析患者全体の97%程度が血液透析を行っています。血液透析では週3回、1回4時間程度の治療時間を必要とします。

メリットとしては、自分で行う手技が少ないため認知機能の低下している高齢者でも治療しやすいことや週3回病院に通院し採血などもこまめにするため、健康での問題に早めに気づけることなどです。デメリットとしては、大量の血液が入り出すため循環系への負担があること、ベッド上にいる時間が長いため苦痛に感じること、血液透析を始めるにあたって手術が必要であり、毎回針の穿刺を必要とするので侵襲性が高いことなどがあります。

●腹膜透析

自分の体内にある腹膜という膜を通じて透析を行っていく方法です。手術によってお腹に専用のカテーテルを入れ、これを用いて治療液（透析液）を腹腔内に入れます。透析液を体内に入れている間に、血液中の老廃物や余分な水分などが透析液に移動するため、一定時間たってから廃液します。腹腔内に貯留した透析液を、定期的に交換する治療法です。

メリットとしては、血液の出入りがないので心臓などへの負担が比較的少ないこと、通院の回数は安定していれば少なく済むこと、血液透析に比べて残っている腎臓の機能が保たれやすいことなどがあります。

デメリットとしては、通院が少ないかわりに自分で腹膜透析液の交換を行い管理しなければならないこと、カテーテルを清潔に保つ必要があり管理が悪いと腹膜炎を起こすリスクが高まること、腹膜が劣化するため、10年以上行うのが難しいことなどがあげられます。

◆最後に

なるべく腎代替療法を行わないのがベストですが、腎代替療法を行うには早めの準備が必要です。ある程度腎機能が悪くなってきているようなら、予防も含めて一度ご相談ください。

9月の母子健康診査、教室のお知らせ

会場・予約先・問い合わせは保健センター

※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きます場合があります。

種別	日	受付時間(開催時間)	対象者	定員	持ち物
妊産婦歯科健康診査	7(水)	午後1時～2時30分 ※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	12人 予約制	母子健康手帳 手鏡 タオル
離乳食教室	29(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分)	1歳未満のお子さんをもつ保護者	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児健康診査	8(水) 22(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 バスタオル
1歳6カ月児健康診査	9(木)	午後1時15分～2時15分 ※指定された時間	※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 バスタオル
2歳児歯科健康診査	16(木)	午後1時15分～2時 ※指定された時間	2歳以上3歳未満のお子さん ※対象者に個別通知をします	20人 予約制	母子健康手帳 問診票 タオル
3歳児健康診査	10(金) 17(金)	午後1時15分～2時15分 ※指定された時間	※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

☆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	開催日時・場所
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～金曜日(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・体脂肪・喫煙度・HbA1c簡易測定もできます。	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4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、 ひきこもりに関すること。	
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	8月20日(金)、9月17日(金)※要予約 ※上記以外の日程でも相談可能
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。	

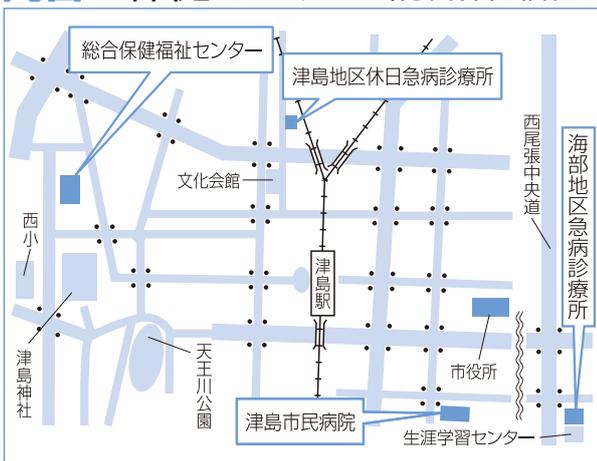
くすり安心電話

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 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 当面の間、休診 土曜日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分 日・祝日 午前9時～11時30分 午後2時～4時30分 所在地 蕨原町字郷西37 ☎25-5210
津島市民病院 所在地 橋町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

上記医療機関を受診される場合は、それぞれの時間外窓口事前に電話確認のうえ受診してください。

文化会館 催しガイド

(7月1日現在)
※掲載している催し物の
名称などは予定です。

名称	日時	ホール	料金	問合せ
高山ひでお歌謡教室 30周年記念コンサート	8月8日(日) 午前9時30分	大	有料	高山 ☎0567-31-3445
水野幸代現代舞踏団 ダンスリサイタル	8月11日(水) 午後1時30分	大	無料	水野 ☎090-2610-9728
ダンス・ダンス・ダンス in津島第16回	8月22日(日) 午前10時30分	大	無料	恒川 ☎0567-26-4782

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、問合せ
先にお尋ねください。

名称	日時	場所	料金	問合せ
プールチャレンジ5	8月31日(火)まで 受付:午前10時～午後4時	海南こどもの国 プール	プール入場料 (大人450円、 中学生以下200円、 3歳未満は無料)	海南こどもの国 ☎52-1515
みんなであそぼう ～プールでゲーム～	8月1日(日)・8日(日)・15日(日) 22日(日)・29日(日) 受付:午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 プール	プール入場料 (大人450円、 中学生以下200円、 3歳未満は無料)	海南こどもの国 ☎52-1515
七宝職人大集合	8月7日(土) 午前9時30分～午後4時30分	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 実演コーナー	無料	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
七宝焼体験教室 特別企画 「ガラス胎七宝」 (要予約)	8月17日(火)・18日(水)・19日(木) 21日(土)・22日(日)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	3,500円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
巣箱・えさ台 づくり教室①	8月21日(土) 午後1時30分～4時 (事前申込7月25日(日)から受付 定員15組)	弥富野鳥園 2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
巣箱・えさ台 づくり教室②	8月22日(日) 午後1時30分～4時 (事前申込7月25日(日)から受付 定員15組)	弥富野鳥園 2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
ジャブジャブ池 観察(夏)	9月5日(日) 受付:午前10時30分 午後1時30分	海南こどもの国 受付:多目的ホール 会場:ジャブジャブ池	無料	海南こどもの国 ☎52-1515

お任せください!

半日型
リハビリ専門

ヒザ・腰痛を改善し元気を取り戻しましょう
津島柔整リハビリセンター デイサービス

送迎あり・体験できます

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

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 (※医師の同意書が必要)

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

☎0567-23-3339 (夜間はこちら ☎0567-26-7711)

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



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にお問い合わせください。

8 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。
※予約制の相談は、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。

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	6日、9月3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	5、12、19、26日、9月2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	13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	社会福祉協議会 ☎25-8411
弁護士相談(要予約)	3、17日、9月7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	3、10、24、31日、9月7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	4、11、18、25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(要予約)	19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)	10日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務デジタル課庶務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	4日、9月1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)	12、17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・ 労働者金融相談	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	20日 午前11時～正午	東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	4、5、11、12、18、25、26日、9月1、2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 FAX 24-1115

津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総 数 ……61,305人 (-9)
	男 ……30,269人 (+13)
	女 ……31,036人 (-22)
	世帯数 ……26,781世帯 (+32)
	7月1日現在、()は前月比
市内の交通事故・ 犯罪 [5月]	事故発生件数 ……9件 (71件)
	うち死亡者 ……0人(0人)
	犯罪発生件数 ……24件 (104件)
()内は令和3年中の累計	
市内の火災	5月 ……2件 (9件)
	()内は令和3年中の累計
救急車の 出動回数	5月 ……230件 (1,137件)
	()内は令和3年中の累計

今月の市税や料金など 納期限 令和3年8月31日(火)

市民税・県民税…第2期 国民健康保険税…第4期 介護保険料…第5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…8月分
後期高齢者医療保険料…第2期 下水道事業受益者負担金…第1期

市税の今後の納期

	9 月	10 月	11 月
市民税・県民税	—	第3期	—
固定資産税・都市計画税	—	—	—
国民健康保険税	第5期	第6期	第7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、三十三銀行、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)



季語を入れて、
ご・しち・ご!

21・6・21(月)
南小学校

この日、南小学校の放課後子ども教室で俳句教室が開催されました。

俳句が「五・七・五」の17音で作られていることや「季語」という季節の言葉を入れるというルールを学んだのちに、用意されたカードに書かれた言葉を並べ替えて俳句を作りました。

子どもたちは「どこに季語を入れようかな」と悩みながらも、楽しく俳句を学びました。



周りをよく見て
正しく乗ろう

21・6・23(水)
蛭間小学校

3・4年生を対象とした自転車の交通安全教室が開催されました。

子どもたちは、自転車商協同組合の方の説明に熱心に耳を傾けたのち、交通委員の皆さんや交通指導員さんに見守られながら、校区内の公道を実際に走る練習をしました。

教わったことをすぐに実践することで、自転車を安全に乗るための方法を学びました。

つしま健康マイレージ 問合せ 保健センター ☎23-1551

笑顔で健康大作戦

チャレンジシート
またはアプリを入手!

(チャレンジシートは、保健センター、神守支所、
神島田公民館等で配布しています)

40ポイント貯めて保健センターへ申請!

あいち健康づくり応援カード
MyCa(まいか)を
もらってサービスを利用!

▼アプリのダウンロードはこちら



Android版



iPhone版

アプリなら
らくらく
自動記録!



▲あいち健康づくり応援カードMyCa(まいか)

発行

津島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(ダイヤルイン)

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上げます。