

津島スポーツクラブホワイトウイングズ 後期活動のお知らせ

問合せ 社会教育課東公園整備推進室スポーツ振興G ☎55-9428

活動日 10月～翌年3月の土・日

曜日に各種目月1回程度開催

場所 東小学校体育館など

種目 右表のとおり。会員になるとすべての種目に参加できます。

会費(6カ月分)

・個人会員 3,600円

・ファミリー会員 7,200円

※途中で入会される方は、入会した月からの月割計算になります。

申込 9月9日(月)以降に会費を添えて活動場所(活動日のみ)または直接問い合わせ先へ。



種目名	種目紹介
のびのび体育塾	スポーツに必要な動きを養うための基礎運動を中心に行います。
ソフエアロビクス	音楽に合わせた軽い運動で、どなたでも気軽に参加いただけます。
ショートテニス	バドミントンコートの広さでプレーする室内で行うテニスです。
バスケットボール	基本的な技能の習得から本格的なゲームまで行います。家族みんなで参加しやすい種目です。
卓球	子どもから高齢者まで取り組みやすい種目です。異世代の方とダブルスのペアを組んでプレーすると交流も深まります。
バドミントン	シャトルのスピードは球技の中でも最速の種目です。シャトルラリーを楽しみましょう。
ソフトバレーボール	アタックNO.1世代でもまだまだ活躍できる内容で開催しています。
ボクシングエアロビクス ハワイアンフラ ポールウォーキング	体全体を使った全身運動で健康づくりにも非常に効果的です。
スポーツ玉手箱	ペタンクやラダーゲッターなどのニュースポーツを中心に行います。
ミニサッカー	それぞれの技量に合わせた指導で、サッカーを楽しめます。
その他(各イベント)	11月:ボウリング大会(別途参加費必要) 1月:冬山の体験教室を1泊2日(別途参加費必要) ほかにも随時イベントを開催します。

全国大会出場

令和6年度全国高等学校
総合体育大会陸上競技大会
(福岡県福岡市)

みずの そうや
水野颯也さん

(津島東高等学校3年生・愛西市)

出場種目 800m、1500m



第73回全日本大学
野球選手権大会
(東京都新宿区)

はま だ つばさ
濱田 翼さん

(帝京大学4年生・常盤町)



出場種目 硬式野球



NHK杯第57回全日本選抜
ボウリング選手権大会
(埼玉県狭山市)

ひがし りた
東 莉大さん

(名城大学大学院・唐臼町)

ひがし ろさ
東 桜沙さん

(津島東高等学校3年生・唐臼町)

出場種目 ボウリング

第60回 津島市民総合体育大会 (秋季大会)

問合 社会教育課東公園整備推進室スポーツ振興G ☎55-9428

開催日・競技種目・会場 別表のとおり

集合時間 午前9時までに各種目の会場へ。

※軟式野球は午前8時30分、ボウリングは午前9時30分

参加資格 市内在住・在勤の方および市スポーツ協会会員の方
※2人以上の団体種目については、参加者の半数以上が参加資格を満たすこと

申込 9月2日(月)～20日(金)に所定の申込書に必要事項記載のうえ、参加費を添えて問い合わせ先へ。

その他

- ・雨天の場合は午前7時30分に開催決定をします。
- ・競技中における事故等については、応急処置は行いますが、その後の責任は負いません。

主催 市・市教育委員会・市スポーツ協会

主管 市スポーツ協会の各競技団体



種目別実施要項

種目	会場	参加費	部門および参加人員	競技上の規定および方法
軟式野球 (一般の部) 開催日 10月19日(土) (予備日 11月2日(土))	市営球場	1チーム 2,000円	監督以下25人 ・一般の部	1. 2024年公認規則、全日本軟式野球連盟規定のルールで行う。 2. チーム数により抽選しトーナメント方式で行う。 3. ボールは各チーム2個マルエスボールを使用する。 4. 試合は7回90分とする。規定の回数・制限時間が過ぎても勝敗が決しないときは守備順の抽選で決定する。決勝戦のみ無死1・2塁でタイブレークを行う。 5. コールドゲームについては、5回7点。 6. 代表者会議は10月8日(火)の午後7時から錬成館で行う。
グラウンド・ゴルフ 開催日 10月19日(土) (予備日 11月2日(土))	東公園 グラウンド AB	中学生 100円 一般 200円	・男子の部 ・女子の部	1. 日本グラウンド・ゴルフ協会のルールに準じて行う。 2. 個人戦で行う。 3. 16ホールを回り、合計打数の少なさを競う。 4. グループを分けて実施。
バレーボール 開催日 10月20日(日)	南小学校 体育館	1チーム 2,000円	監督以下15人 ・一般女子の部 (9人制)	1. 令和6年度日本バレーボール協会競技規則に準じて行う。 2. トーナメント方式による。 3. 代表者会議は10月14日(月・祝)に行う。
テニス 開催日 10月27日(日) (予備日 11月3日(日・祝))	市営庭球場	1チーム 400円	・男子ダブルス ・女子ダブルス	1. 日本テニス協会のルールに準じて行う。 2. トーナメント方式による。ただし、参加者数によってリーグ戦方式とする。

種目	会場	参加費	部門および参加人員	競技上の規定および方法
空手道 開催日 10月27日(日)	錬成館 (剣道場)	中学生以下 100円 一般 200円	・幼年の部(男女混合) ・小学生の部(男女別) ・中学生の部(男女別) ・高校生の部(男女別) ・一般の部(男女別)	1. (公財)全日本空手道連盟競技規定に準じて行う。 2. 組手競技、形競技2部門で行う。 共にトーナメント戦、フラッグ方式で行う。
バスケットボール 開催日 11月3日(日・祝)	藤浪中学校 体育館	1チーム 2,000円	監督以下16人 ・一般の部(男女別)	1. 日本バスケットボール協会競技規則に準じて行う。 2. 男子8チーム、女子6チームを抽選しトーナメント方式で行う(代表者会議で決定する)。 3. 代表者会議は10月4日(金)の午後7時から文化会館で行う。
ボウリング 開催日 11月3日(日・祝)	サンガーデン ボウリング	高校生以下 100円 一般 200円	・中学生以下の部 ・一般の部(男女別)	1. JBルールに準じて行う。 2. デュアルレーン方式で行う。 3. 個人戦で行う。 4. 1人3ゲームトータル得点で順位決定。 5. 年齢別HDCCP制採用。 ※プレイ代 高校生以下900円、一般1,200円
サッカー 開催日 11月10日(日)・17日(日) (予備日 11月24日(日))	《大会1日目》 生涯学習 センター 屋外運動場 《大会2日目》 東公園 グラウンドC 《予備日》 東公園 グラウンドC	1チーム 2,000円	監督以下16人 ・一般の部	1. 令和6年度日本サッカー協会規定のサッカー競技規則に準じて行う。 2. 参加チームは14チーム以内とし、15チーム以上の申し込みがあった場合は代表者会議で抽選を行う。 3. トーナメント方式による。 4. 試合時間は、30分-5分-30分とする。決しない時は、PK戦を行う。決勝戦のみ5分の延長戦を行い、それで決しない時は、PK戦で決定する。 5. その他、競技内容については、代表者会議にて説明する。 6. 代表者会議は10月26日(土)午後7時から錬成館で行う。 ※参加チームは、申し込みと同時に審判員(有資格者)を2人確保し、選手登録の際に報告してください。 ※審判員(有資格者)2人を確保出来ないチームについては、10月6日(日)に津島市サッカー協会が行う審判講習会に必ず参加願います。
ソフトボール 開催日 【女子の部】 11月16日(土) (予備日 11月30日(土)) 【一般男子の部】 11月17日(日) (予備日 12月8日(日))	東公園 グラウンド AB	1チーム 2,000円	監督以下15人 ・女子の部 ・一般男子の部	1. 日本ソフトボール協会競技規則に準じて行う。 2. トーナメント方式による。 3. 試合は7回戦とし、5回以降は10点差でコールドゲームとする。 4. 勝敗が決しない場合は打席順の抽選で決定する。 5. 代表者会議は11月1日(金)の午後7時から錬成館で行う。 6. 試合球は、各チームが持ちよる。

地域の救急医療

地域の救急医療を守るために心掛けること

「かかりつけ医を持ちましょう」「診療時間内に受診しましょう」

状況に応じた救急医療体制

休日の救急医療体制を、病気やけがの症状や緊急度に応じて整備しています。

軽症患者・・・第1次救急医療

- ①休日在宅当番医
日曜日、祝日の外科は、津島・海部両医師会の開業医が当番制で、診療を行っています。
- ②津島地区休日急病診療所
- ③海部地区急病診療所
日曜日、祝日の内科・小児科は、津島地区休日急病診療所および海部地区急病診療所で、診療を行っています。診察の結果、入院や手術などの治療が必要な場合は速やかに第2次救急医療機関へ搬送されます。

重症患者・・・第2次救急医療

第1次救急医療で対応できない、入院や手術を必要とする救急患者の診療を行っています。

重篤患者・・・第3次救急医療

特に生命に危険を及ぼすような救急患者の診療を行っています。

問合 保健センター ☎23-1551
愛知県救急医療情報センター ☎26-1133
津島市消防本部 ☎23-0119
津島地区休日急病診療所 ☎24-3611
海部地区急病診療所 ☎25-5210

健康づくり推進員養成講座

問合 保健センター ☎23-1551

健康について楽しく学びながら、自分や家族、市民の健康について考えます。仲間と一緒に健康寿命を延ばしましょう!

日時・内容 表のとおり

場所 総合保健福祉センター

対象 市内在住の方

定員 10人(先着)

受講料 無料

申込 9月27日(金)までに直接または電話で問い合わせ先へ。

	日時	内容	
第1回	10月16日(水)	午前10時～11時30分	開講式 健康講話～みんなで広げる健康の輪～
第2回	10月23日(水)		運動実習
第3回	11月6日(水)		健康づくり推進員定例会に参加しよう①
第4回	11月13日(水)		健康づくり推進員企画のウォーキングに参加しよう
第5回	11月20日(水)		健康について考えよう
第6回	12月4日(水)		健康づくり推進員定例会に参加しよう②

※定例会では、ウォーキングや折り紙等、様々な企画や準備を楽しく一緒に協力しながら行っています。

市民病院公開講座

問合 市民病院地域医療センター
☎28-5151 内線3410

「ワクチン」の重要性

ワクチンは病気にかからないようにする、または、かかっても症状が軽くすむために接種します。しかし、ワクチンはそれだけではなく、接種することで、身近な人に病気をうつすのを防ぐ役割もあります。本講座では、ワクチンの重要性について詳しく説明します。

日時 9月2日(月) 午後2時～3時

講師 市民病院感染管理認定看護師

めまいのリハビリ体操

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。

日時 9月25日(水) 午後2時～3時

講師 市民病院耳鼻いんこう科医師

場所 市民病院2階講義室
参加費・申込 不要

対象 どなたでも
(当院に通院していない方も参加可能)



私のカルテ

No 4 3 5

津島市民病院
外科部長新宮優二
しんぐさ ゆうじ

虫垂炎について

はじめに

今から25年前、右下腹部に痛みがある患者さんには、虫垂炎を疑い、直ちに手術を行っていました。近年では、診断技術の向上に伴い、虫垂炎の診断だけではなく、その重症度評価まで可能となり、それに合わせて治療方針もいわゆる“点滴で散らす”という治療、非侵襲的な手術（腹腔鏡手術）、点滴で散らした後、計画的待機的手術など、多様な治療法から選択されるようになりました。そして、国内外の学会から急性虫垂炎の診療ガイドラインが策定され、虫垂炎治療の方向性が示されています。

今回は、最近の虫垂炎治療について、診療ガイドラインの内容とともに説明します。

点滴で散らすor手術

まず、虫垂炎と診断された場合、点滴で散らすことを試みるか、すぐ手術を受けるかという選択を迫られます。ここで、診療ガイドラインでは、以下の場合に手術を受けたほうがよいとしています。

- 炎症が激しく虫垂に穴が開いている（穿孔）^{せんこう}
- 周りに膿溜まりを伴っている（膿瘍形成）^{のうよう}
- 硬便が虫垂につまっている状態
- 妊娠中の女性が虫垂炎をおこしたとき など

そして、それら以外の場合では、点滴で散らすという治療を成人・小児を問わず効果的な治療法として推奨しています。ちなみに、前述したような状況を除いた虫垂炎に対する点滴治療は、手術治療と比べると、治療にともなう合併症が有意に少なく、治療期間も短くなるとされています。ただし、点滴で散らした後、5年間の虫垂炎再発率は35%ほどといわれています。

実際の臨床では、点滴で散らす治療は概ねガイドラインの方向性と相違はない印象です。しかし、その後の再発を考慮し、最初から手術を望まれる方もいます。また、穿孔や膿瘍形成を伴う虫垂炎に対し手術を行う場合、おおがかりな手術となってしまう可能性が高いときは、まず点

滴で散らすことを試みることもあります。ガイドラインはあくまで推奨なので、個々の虫垂炎の程度や社会状況にあった治療法を提示しつつ、ともに相談しながら治療方針を決定させていただきます。

手術の場合、どのような方法？

手術では炎症を起こした虫垂を切除・摘出しますが、その内容を、開腹手術（腹部を切開し直視下に行う手術）で行うか、腹腔鏡手術（3,4ヶ所孔をあけ腹腔鏡というカメラで腹腔内を映し行う手術）で行うかに分かれます。

ガイドラインでは、術後の痛み・術後入院期間や社会復帰までの期間・コスト等のあらゆる面で、腹腔鏡手術が開腹手術より優れており、成人・小児を問わずいかなる重症度の虫垂炎においても、腹腔鏡手術が勧められています。また、リスクの高い患者さん（肥満・高齢・併存疾患を持つ患者さん）や妊娠中の方においても、同様に腹腔鏡下手術が好ましいと示しています。

現状は、医療施設ごとの方針に従って選択されていますが、当院では原則腹腔鏡手術を行っています。

その他、散らした後の待機的手術

点滴で散らした後、再発する可能性があります（前述のとおり35%ほど）。また、炎症を点滴で改善させた状態での手術は、より安全に行うことができます。これらの理由で、点滴でいったん散らした後、待機的に腹腔鏡手術を受けていただく方もいらっしゃいます。患者さんのご希望に応じて対応させていただきます。

おわりに

最近のガイドラインをふまえ、虫垂炎の治療について述べてみました。いつの時代でも身近な疾患ですが、その治療は徐々に変わってきています。その中で、今回のお話が適切な治療につながる一助となれば幸いです。

令和7年度
(3年課程全日制)の
社会人特別入学生
および推薦入学生を
募集します。

私たちと一緒に
学びませんか?



社会人 入学生

受験資格

以下のすべての要件を満たす方

- ①次のいずれかに該当し、入学時に社会人経験を3年以上有する方
 - 高等学校または中等教育学校を卒業した方
 - 通常の課程による12年の学校教育を修了した方
 - 高等学校を卒業した方と同等以上の学力があると認められた方
 - 本校における個別の入学資格審査に合格した方で、18歳以上の方
- ②看護専門職に強い志望動機を持ち、将来は海部津島地区で看護職として働くことを強く決意している方
- ③合格した場合、必ず本校に入学できる方
- ④看護専門職となるための学習が継続できる能力を有している方

試験科目

小論文・面接(詳細は入学案内・募集要項に記載)

推薦 入学生

受験資格

以下のすべての要件を満たす方

- ①次のいずれかに該当する方
 - 高等学校または中等教育学校を令和5年3月・令和6年3月に卒業した方および令和7年3月に卒業見込みの方
 - 通常の課程による12年の学校教育を令和5年3月・令和6年3月に修了した方および令和7年3月に修了見込みの方
 - 大学および短期大学、医療系専修学校を令和5年3月・令和6年3月に卒業した方および令和7年3月に卒業見込みの方
- ②看護師としての適性を有し、本校における学業を継続できる能力を持つ方として出身学校等の長による推薦が得られる方
- ③合格した場合、必ず本校に入学できる方

※市内在住の方を対象とした市内枠(4~6人程度)を設けています。

試験科目

数学I、現代の国語・言語文化(古文・漢文除く)、面接(詳細は入学案内・募集要項に記載)



募集人員 入学定員(30人)の5~6割

試験日 10月26日(土)

出願期間 9月30日(月)~10月11日(金)
(郵送の場合、締切日消印有効)

受験料 12,000円

その他

- 入学案内・募集要項および学校案内パンフレットは、問い合わせ先へご請求(郵送の場合、返信用封筒必要(角2封筒に250円切手貼付*))ください。入学案内・募集要項は市ホームページからもダウンロードできます。
 - 一般入学試験の募集案内は、市政のひろば11月号に掲載します。
- ※10月1日以降は320円へ改定の予定あり。

☺ 子どもの目

ぜったいかなえたい夢

ぼくの将来の夢は、農家です。幼稚園のころ、家でトマトを育て、実がしっかり赤い色に色づいたとき、うれしかったことが、農家になろうと思ったきっかけです。また、祖父が畑をしていたことも、ぼくに強い影響を与えました。

昨年、総合の授業で、バケツで稲を育てました。最初は、「バケツで米が作れるのかな。かれないかな」と思っていたけれど、毎日成長する稲

を見てわくわくしました。収穫するときには、米がしっかり実っていて、感動しました。その米をわりばしで脱穀したり、すり鉢と野球ボールでもみすりをしたりして楽しかったです。

将来大学に入り、野菜などの研究をして、よりおいしい野菜を作りたいです。農家になって農業をすることは、大変かもしれませんが、自分が作った果物や野菜をおいしく食べてもらいたいので、農家にぜったいになりたいです。



神守小学校6年
ほんだ あきよし
本多央資さん

今月のバランス献立

華風しゃぶしゃぶ

かぼちゃのマッシュサラダ トマトのスープ



1人分 570kcal 塩分2.0g

華風しゃぶしゃぶ材料(2人分)

豚ロース薄切り肉140g、酒大さじ1、生姜1かけ、レタス1枚、水菜20g、人参3cm、きゅうり1/2本、ブロッコリースプラウト10g、A(ケチャップ大さじ2、ウスターソース大さじ1、ごま油小さじ2、レモン汁少々)

作り方

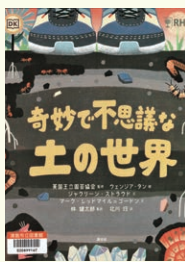
- ①レタスはひと口大にちぎり、きゅうりと人参は千切り、水菜とブロッコリースプラウトは3cmに切る。
- ②生姜は薄切りにする。
- ③鍋に水と酒、②を入れて沸騰したら、豚ロース薄切り肉を茹で、水気を切り、温かいうちにAに漬ける。
- ④①を皿に盛り、③をのせる。

※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、市ホームページにも掲載しています。

📖 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



『奇妙で不思議な土の世界』
ジャクリーン・ストラウド 文
マーク・レッドマイル=ゴードン
ウェンジア・タン 絵
英国王立園芸協会 監修
創元社

日々あたりまえに私たちの足元にある土。作物を育てるなど暮らしに欠かせないものですが、その一方で意外と知られていないことがたくさんあります。

本書では土の成分や性質、まわりでくらす膨大な数の生き物たちとのかわり、自然環境における重要な役割などをわかりやすく説明しています。複雑で興味深い土の中の世界を楽しみながら学んでみましょう。

『はなしをきいて 決戦のスピーチコンテスト』
マギー・ホーン 著 三辺律子 訳 理論社

『もののけdiary』
京極夏彦 文 石黒亜矢子 絵 岩崎書店

一般書



『室町ワンダーランド』
清水克行 著
文藝春秋

今から500年前、室町時代というどどんなイメージがありますか。そこは相撲の試合がケンカに発展したり、琵琶湖に海賊が出るような、今の日本とは全く違った世界でした。その一方で、現代にも繋がる日本的な文化・風習が誕生した時代でもあります。

名もなき庶民から豪商や武将への大出世もあるようなダイナミックな世界。そこにくらす人々は何を考え、どんな生活を送っていたのでしょうか。現代人にも身近な題材を手がかりにご案内します。

『いまだ成らず 羽生善治の譜』
鈴木忠平 著 文藝春秋

『書店員は見た! 本屋さんで起こる小さなドラマ』
森田めぐみ 著 大和書房

[9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。