

# 市民活動フェスタ「つしまパラダイス」

ID 996181253 問合せ 市民協働課市民協働G ☎55-9298

地域で活動する市民活動団体や企業などがブース出展します。キッチンカーもやって来ます。



日時 3月20日(木・祝) 午前11時～午後3時  
場所 文化会館大ホール、小ホール



内容  
展示 活動紹介など  
体験 ゲーム、体操、演奏、工作のワークショップなど  
物販 おにぎり、アクセサリ、ハンドメイド作品など  
発表 琴の演奏やゴスペル、体操、参加型の盆踊りなど  
参加費 無料(材料費などが必要なブースもあります)  
主催 市・市民活動フェスタ「つしまパラダイス」実行委員会

## 全国大会出場



### TOKYO OPEN 2025 第77回東京卓球選手権大会(東京都渋谷区)

いわ た まさひで  
岩田正秀さん(本町)



出場種目 卓球

お だ た か し  
小田幸士さん(越津町)



出場種目 卓球

adidas KARATE GRAND PRIX 2024(大阪府大阪市)  
第12回全日本ジュニアチャンピオンシップ空手道選手権大会(豊田市)  
第7回W・K・Oジャパンアスリートカップ決勝大会(大阪府大阪市)  
KARATE REAL CHAMPIONSHIP(兵庫県神戸市)  
ALL JAPAN CHAMPION CUP 2025(大阪府大阪市)

ま え く ら そ ら  
前倉颯空さん(神守中学校3年生・神守町)

出場種目 空手道



ウインターカップ2024令和6年度第77回全国高等学校  
バスケットボール選手権大会(東京都調布市)

た に ぐ ち こ こ あ  
谷口心綾さん(京都両洋高等学校3年生・東中地町)

出場種目 バスケットボール



TOKYO OPEN 2025  
第77回東京卓球選手権大会(東京都渋谷区)

お お し ま ひ で き  
大島英樹さん(百島町)

出場種目 卓球

第52回バトントワーリング全国大会  
(千葉県千葉市)

や ま だ お と は  
山田音葉さん(西陵高等学校2年生・白浜町)

出場種目 バトントワーリング

# こんにちは 津島市訪問看護ステーションです!

## 「訪問看護って何ですか?」

「病気や障害があっても住み慣れた家で暮らしたい」

「人生の最期を自宅で迎えたい」

でも、「家族だけで介護や医療的ケアができるだろうか」

「ひとり暮らしだけど大丈夫?」と不安に思う事も多いと思います。

そんな時に頼りになるのが「訪問看護」です。

病気や障がいをもった人が、住み慣れた地域やご家庭でその人らしく療養生活を送れるように、看護師等が生活の場へ訪問し、看護ケアを提供することで、自立への援助を促し、療養生活を支援するサービスです。



## 「訪問看護はどのようなことをするの?」

訪問看護は病院の看護師と同様で、医師の指示のもとに行われます。

介護保険を利用している場合は、ケアマネジャーさんが作成したケアプランをもとに、

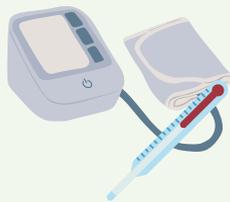
訪問看護でのケア内容が決まります。

## 「訪問看護の主なサービス内容」

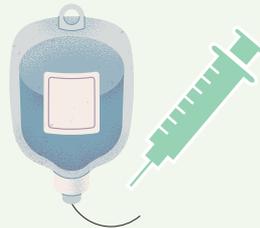
食事・トイレ・入浴  
などの介助・指導



血圧・脈拍・体温  
などのチェック



点滴・注射などの  
医療処置



在宅酸素・人口呼吸器  
などの管理



ターミナルケア



床ずれ防止の  
ケア・指導



在宅リハビリテーション



介護・認知症の相談



# 私たちが担当します



**津島市訪問看護ステーションは  
愛知県看護協会訪問看護  
第三者評価認定事業所です。**

愛知県内には1,100近くの訪問看護ステーション事業所があります。事業所が急増する中、看護サービスの質を第三者(評価調査者)が評価し、一定基準を満たしている訪問看護ステーションに対して、認定されます。



当ステーションは、県内 **8** 番目に  
認定されました。

(現在認定事業所数：8事業所)

ご利用者様やご家族様が安心して生活できるよう  
サポートさせていただきます。

「相談窓口を開設しました」

在宅ケアで感じる困りごとなどございましたら、  
お気軽にご相談ください。

☎ **27-5030**

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分(祝日を除く)

津島市訪問看護ステーション(津島市民病院内)



津島市民病院  
内分泌内科医師和田  
悠文

## ペットボトル症候群について

### ペットボトル症候群とは

ペットボトル症候群とは、スポーツドリンクや清涼飲料水、ジュースなどの糖分が含まれている飲み物を大量に飲むことで急激に発症する糖尿病の症状のことで、正式名称は「清涼飲料水ケトアシドーシス」、「ソフトドリンク・ケトアシドーシス」と言います。

一般的な清涼飲料水には、1Lあたり約100gの糖分が含まれています。これはスティックシュガー30本分に相当し、こういった糖分が多く含まれた飲み物を2L、3Lと大量に摂取することで、血糖値が急激に上昇しやすくなってしまいます。

### 主な症状

ペットボトル症候群の症状は、基本的には一般的な糖尿病と似た症状となります。顕著にみられるのはのどの渇きで、他には多尿、倦怠感、腹痛、嘔吐といったものもあります。

のどの渇きを補うために水分摂取する際に、先ほど挙げたような糖分の多く含まれた飲料を飲んでしまうと、さらに血糖値が上がり、またのどが渇くという悪循環に陥ってしまいます。

こういった悪循環により症状がさらに悪化すると、重度の脱水や、代謝の異常をきたしてしまいます。

この状態を「高浸透圧症候群」「ケトアシドーシス」といい、意識障害や昏睡状態に陥ることもあります。ここまで症状が進行してしまうと緊急で入院治療が必要となり、場合によっては命にかかわることもあります。

治療としては、点滴で体内の水分を補充しながら、血糖を下げる働きのあるインスリンという注射製剤を用います。症状が落ち着いてからは飲み薬の治療に切り替えられる場合もありますが、退院後もインスリンの注射を継続する必要がある場合もあります。

### 予防するには？

ペットボトル症候群を予防するためには、糖分の多く含まれているスポーツドリンクや清涼飲料水、ジュースなどを飲みすぎないようにすることが重要です。水分摂取の際には、糖分の含まれていない、水やお茶を多めに飲むように心がけましょう。

のどが渇いたと感じた時には、既に体は脱水状態に近付いている事が多いため、のどが渇いたと感じる前からこまめに水分を摂取することが大切です。普段から水分摂取の時間を決めることや、トイレに行った後は、コップ1杯ほどの水分を摂取することが推奨されています。

また、コーヒーやアルコールなどの飲料には、利尿作用があり、体内の水分を尿として外へ排出してしまうので、水分補給としては適していません。

ペットボトル症候群は清涼飲料水を摂取する機会の多い20～30歳の若年者に多く見られますが、風邪などの体調不良で食事摂取ができず、スポーツドリンクなどを大量に飲んで水分補給をしていた高齢者にもよく見られるため、上記の点を意識し、水分摂取の機会の増える夏場だけでなく、普段から予防することを心がけていきましょう。