



スポーツ

錬成館耐震改修工事

錬成館本館(1階剣道場・2階柔道場・3階修養場・各会議室)において、耐震改修工事を行います。工事期間中はご利用できませんので、注意してください。なお、その他の施設(弓道場、卓球室、市営球場、市営庭球場、多目的グラウンド)はご利用いただけます。工事期間中の利用申し込みは、錬成館1階の事務所または礼の間で受け付けます。

工事期間 平成27年8月1日～平成28年3月31日(予定)

問合せ 社会教育課スポーツ振興G
内線2284

第20回市民ソフトバレーボール大会

日時 7月5日(日)

午前9時30分(開会式)

場所 文化会館

参加資格 市内在住、在勤の方で監督1人、選手6人以内で編成のチーム

部門・参加費

・ファミリーの部1チーム10000円(小学生2人と30歳以上の男女各1人が常時プレーする)
・トリムの部1チーム17000円

①男女各2人が常時プレーする

18歳～29歳の部
30歳～49歳の部
50歳以上の部

②女性4人でプレー

39歳以下の部
40歳以上の部

申込 6月19日(金)まで(土・日曜日は除く)に参加費を添えて社会教育課へ。

主催 市教育委員会

主管 市バレーボール協会

問合せ 社会教育課スポーツ振興G
内線2284・2285

平成27年度津島市親子サッカーフェスタ

日時 6月7日(日) 雨天中止

午前10時30分～午後0時30分

※午前10時から受付開始

場所 東公園グラウンド

対象 小学2年生までの親子

参加費 無料

後援 市・市教育委員会、市体育協会

協賛 西尾張CATV

問合せ 市サッカー協会 長尾

☎090-8135-15530



第48回学童水泳教室

日時(各6日間)

第1回 7月18日(土)～24日(金)

(7月20日(月)は休み)

第2回 8月18日(火)～23日(日)

※いずれも午前8時30分～10時

場所 総合プール(屋内プール)

対象 学校長の許可を得た市内小学校

3年生以上の泳げない児童

定員 各回60人(定員になり次第締切)

受講料 5500円(保険料を含む)

申込 7月4日(土)午後2時から、総合プールで受け付けます。

(受付時間：月曜日を除く午後2時～5時)

主催 津島水泳協会

後援 市教育委員会

問合せ 津島水泳協会 吉川宅

☎28-5046

屋外プール(50M)7月1日オープン

期間 7月1日(水)～8月30日(日)

時間 午前10時～午後5時

休館日 月曜日(祝日の場合は営業)

※7月5日(日)、11日(土)は屋外プールの一般利用はできません。屋内温水プールは通常どおり入場可能。

入場料 大人2100円
小人(小・中学生)1100円

入場制限

・幼児は入場不可
・小学生は児童1人につき保護者1人の同伴が必要。

ただし、小学4～6年生で1000m以上の泳力証明書(当プール指定)を持つ参の方は、個人入場ができます。

※屋内温水プール入場券での利用も可。
問合せ 総合プール ☎28-2556

第24回津島・海部地区小中学生水泳競技大会

日時(開会式)7月5日(日)

小学生：午前9時

中学生：午後1時

場所 総合プール

参加資格 保護者が認めた、市内・海部地区内の小学4年生～中学3年生

種目 左表のとおり(ただし、参加は1人2種目まで)

参加費 1人3500円

申込 6月12日(金)(土・日は除く)までに、所定の申込書に必要事項を記入の上、参加費を添えて社会教育課へ。

なお、保護者の承認印が必要です。

主催 市・市教育委員会

主管 津島水泳協会

問合せ 社会教育課スポーツ振興G
内線2284

▽種目一覧表

種目・学年	小学生	中学生
自由形	50m・100m	100m・200m
平泳ぎ	50m	100m
バタフライ	50m	100m
背泳ぎ	50m	100m
個人メドレー	200m	200m

☺ 子どもの目

しょうがい者の弟と

私の弟は「自閉症」というしょうがいを持っていて、弟はあまりしゃべることができません。弟は食べることが大好きです。特におばあちゃん手作りのぜんざいが大好きです。いっしょにおやつを食べているときはすごくうれしそう、そんな顔を見ているときは、私もうれしくて笑えます。

弟はよく、おもしろがって家族にくしゃみをかけます。私はそれを「やめなさい!」

としかってしまいます。弟がうるさくするときに、私は大声でどなってしまいますので、(少しやり過ぎかな)と思うときもしばしばあります。

母は、いつも弟の世で大変そうです。私が少しでも弟の世話ができると、母は少し楽になると思います。母や父の役に立てるようにがんばりたいです。笑うとかわいい私の弟と、仲よくやっていきたいと思っています。



神守小 6年生
加藤みなな さん

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



「それいけ!ぼっくん」
富安陽子 著
偕成社

お家の守り神であるぼっくん。ぼっくんは神さまなので、かざられた人にしか見えません。

そんな、ぼっくんの仕事は、ワザワイをもたらす小さな妖怪「チミモー」を探し、竹ぼうきを使ってやっつけることです。

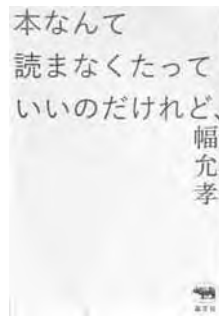
以前の住まいは、おじいちゃんの大きなお家。しかし、そのお家がなくなってしまうので、ケイタたちの住むマンションに引っ越すことに。

ぼっくんの活躍が始まります。

『ミラクルあたる!キラメキ星うらない』 エミール シェラザード 作 西東社

『名探偵コナン理科ファイル 天気 の秘密』 青山剛昌 原作 ガリレオ工房 監修 小学館

一般書



「本なんて読まなくていいのだけれど、」
幅允孝 著
晶文社

津島市生まれの幅允孝さんは、本と人をつなげるブックディレクターとして、全国で活躍されています。

この本では、著者の少年時代に通った津島の本屋をはじめ、様々な日常生活の中から本との出会いや付き合い方について、愛情深く紹介しています。

本のスペシャリスト幅允孝さん待望のエッセイ集です。

『テーブルポットの撮り方教室』 今道しげみ (ほか) 写真 WINDY Co. 文 朝日新聞出版

『メモリー 高機能自閉症の子を普通学級に通わせて』 中村 紗奈衣 著 東京図書出版

[6月の休館日]
23日(火)

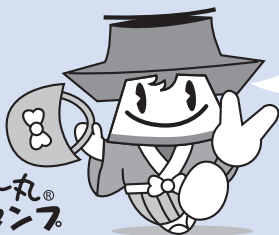
※毎月第4火曜日は、館内整理のため、神守公民館図書室、神島田公民館図書室もお休みします。
ご自宅から図書館ホームページで蔵書検索ができますので、ご利用ください。
津島駅構内(津島総合案内所)に「図書返却ポスト」を設置しておりますので、ご利用ください。

つし丸スタンプ会「夏の倍×2チャンス抽選会」でお得な商品券を当てよう!!

500円商品券!
ハズレでも

みんな集まれ!

つし丸
スタンプ



8月8日 藤浪中学校グラウンドで開催の遊すずみフェスタにおいて、つし丸スタンプ会加盟店で使える商品券が当たる「夏の倍×2チャンス抽選会」を行います。
満貼台紙1枚で1回ガラガラ抽選ができ、最高5,000円の商品券が当たります。みなさん奮ってご参加ください!!

抽選会開催時間：PM5時～PM8時30分 小雨決行

お問い合わせ先／つし丸スタンプ会事務局(津島商工会議所内) 津島市立込町4-144
TEL:0567-28-2800 FAX:0567-24-2805
URL: <http://www.tsushimaru-stamp.com>

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へお問い合わせください。

院長
コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

34

一体感を求めて
地域の皆様との関わり



昨年4月に掲げた新しい病院理念「地域とつながり安心・信頼の医療を提供します」のもと、健康つしまの核として皆様に「選ばれる病院」になるよう毎日努めています。病院が今行っていることを皆様に知っていただきたいと思います。

地域の皆様に病院の現状を直接お伝えする機会として、本年も「病院まつり」を開催します。2013年の「70周年病院まつり」の際には、7000名を超える方に参加していただきました。病院の行っていることを、少しは知っていただけたと感じました。

本年は、お子様たちにも来ていただきやすいように、夏休み期間である8月1日に開催を予定しています。手術室、ヘリポート、薬剤室、検査室などの施設見学、健康について考える機会を作っていただくための講演会を予定しています。いつも病院を応援していただいている「ボランティア」の活動や「海部地域医療サポーターの会」の活動を紹介します。

るブースも準備する予定です。普段は病院に来たことがない健康な方々にも一緒に演奏会なども楽しんでいただければと考えています。地域の方々といえど、語り合い、楽しい時間を過ごしたいと思っています。お気軽にお越しください。

市民病院では、病院まつりのほかにも様々な行事に取り組んでいます。年間行事として、「公開講座」を院内で年15回ほど行っています。便秘、尿漏れ、目の病気や認知症の問題など、いろいろなテーマで、健康や医療のことをわかりやすくお話しさせていただきます。

また、「お出かけ講座」として、公民館などに出かけて、お話しさせていただきます。乳幼児の病気のことから、健康体操などをテーマに、年6回ほど行っています。

2013年度から、市内のすべての小学校(8校)に当院の研修医が出向いて、糖尿病予防の授業を行っています。子どものうちから、健康な生活習慣を意識していただくこと、市の「みんなであつくる健康つしま」に病院として参加させていただいたものです。成果は将来のことになるのですが、教育現場で健康教育の一環として授業を行っています。

このように、地域の皆様と一体になって、市とも協力し、医師会や歯科医師会、薬剤師会などとも力を合わせて、医療を提供するだけでなく、地域の皆様の健康にもお役にたてる「地域における最高の病院」になってはならない病院を目指しています。

今月のバランス献立

あじの香草焼き
トマトのスープ

オクラのおかか和え

1人分 637kcal 塩分2.4g



あじの香草焼き

材料(2人分)

3枚におろしたあじ2尾分(140g)、A(マヨネーズ大さじ1、梅肉小さじ1)、B(パン粉大さじ2、しそ2枚)、オリーブオイル大さじ1、レモン1/4、キャベツ2枚

作り方

- ①マヨネーズと梅肉を合わせる。
- ②しそをみじん切りにしてパン粉と合わせる。
- ③あじを食べやすい大きさに切り、①をからめ、10分ほどなじませ、両面に②をまぶす
- ④フライパンにオリーブオイルを温め、両面を焼く。
- ⑤皿に盛り、千切りキャベツとレモンを添える。

※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシツヤ情報コーナーにレシピがあります。また市公式ホームページにも掲載しています。

中央児童館で遊ぼう!

中央児童館 ☎26-3540

行事名	開催日	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
親子クッキング	6月12日(金)	午前10時30分~正午	未就園児親子	6月5日(金)~	10組	食育と親子クッキング	材料費200円	エプロン、三角巾、お皿、はし、お茶
ベビーマッサージ	6月19日(金)	午前10時30分~11時30分	0歳児親子※1	6月8日(月)~	10組	お母さんのリラックス法とふれあい遊び	材料費500円	バスタオル 水分補給できるもの
パソコン教室	6月20日(土)	午後1時30分~3時 午後3時~4時30分	小学生	6月8日(月)~	各3人	オリジナルうちわを作る	材料費100円	上靴
ハイハイ広場	6月23日(火)	午前10時30分~11時15分	0歳児親子※2	当日受付	なし	身長・体重計測とふれあい遊び	無料	なし
6月生まれお誕生日会	6月24日(水)	午前11時~11時30分	6月生まれの未就園児親子	6月1日(月)~6月23日(火)	なし	手形と親子遊び	無料	なし
スポーツあそび	6月27日(土)	午後2時~3時	中学生 高校生	当日受付	なし	卓球 (人数により、内容変更あり)	無料	上靴、お茶
七夕のつどい	7月4日(土)	午後2時~4時	どなたでも	当日受付	なし	七夕飾りづくり	無料	上靴

○開館時間:午前9時30分~午後5時(水曜日午後と木曜日・祝日・祝日振替の休館日は除く) ○児童館に貴重品を持ってこないようにしましょう。
○定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了) ※1 生後1カ月健診後~満1歳頃 ※2 生後4カ月頃~満1歳頃

私のカルテ

No 3 2 6

鼠径ヘルニア(脱腸)

鼠径ヘルニア(脱腸)とは

本来お腹の中にあるはずの腸などの一部が、太ももの付け根のところからはみ出て皮膚の下に出てくる下腹部の病気のことです。はみ出てくるのは小腸が多いため、一般的には「脱腸」と呼ばれます。

鼠径ヘルニアの症状

最初の症状として、鼠径部(太ももの付け根)に卵くらいの大きさのポコッとしたりやわらかいふくらみが出てきます。特に立ち上がったり、何かを持ち上げた時など力んだ時に出やすい傾向があります。手で押ししたり、横になったりすると、たいていは引っ込んでしまいます。

やがて同じ症状を繰り返すようになり、ふくらみも次第に大きくなって、足の付け根に引きつるような軽い痛みが出てきます。治療をしないと、さらに大きなふくらみとなり、痛みも強くなって歩くのも困難になります。このような状態を嵌頓かんどんといい、飛び出した腸が詰

まって腸閉塞や腹膜炎を起こす可能性があるため大変危険です。

どうして鼠径ヘルニアは起るの??

鼠径ヘルニアは幼児から高齢者まで幅広く起こりうる病気です。鼠径部にはお腹の中と外をつなぐ筒状の管(鼠径管)があり、正常な状態では閉じていますが、鼠径ヘルニアでは何らかの原因でその隙間が開いて腸などが入った袋(ヘルニア嚢)が飛び出てきます。乳幼児の場合は先天的な要因がほとんどですが、成人の場合は加齢とともに体の組織が弱くなるのが要因とされています。特に40歳以上の男性に多く見られ、中でも立ち仕事をしている人や重い荷物を持つ仕事をしている人に多いといわれています。

治療について

鼠径ヘルニアは薬物療法では効果がないため、手術による治療となります。手術は大きく分けて以下の二通りがあ

り、それぞれの長所があります。いずれも3日程度の入院で治療をします。

①鼠径部手術

鼠径部を5cmほど切開して、飛び出た袋をもとに戻し、人工のメッシュ補強材で穴をふさぎます。下半身の麻酔や局所麻酔でも行うことができ、手術時間は1時間程度で、安全にできる手術です。

②腹腔鏡を使った手術

お腹に5〜10mm程度の穴を3、4カ所あけ、腹腔鏡という内視鏡を使って手術します。お腹の内側からメッシュ補強材で穴をふさぐため、手術後の痛みは比較的少ないといわれています。全身麻酔が必要なため、手術時間は鼠径部手術に比べて長くなります。

症状が開始したら病院へ

鼠径ヘルニアは症状が軽度だから気にしない、恥ずかしいなどの理由で病院を受診されない方も多い病気です。しかし一度症状が開始すると自然に治ることは難しく、症状が進行すると、前述



津島市民病院
外科医師
大宮 康次郎

したような嵌頓状態に陥り、ひどい場合には緊急手術で腸を切除しなければならぬこともあります。そのため、早期の診断と治療が重要です。上記のような症状でお困りの方はぜひ当院外科にご相談ください。

