

- ・ 出かける前に必ず**施錠確認**をし、**補助錠**を活用しましょう
- ・ 長期間家を空ける場合は、**隣近所の方に留守にすることを伝える**など、地域全体で防犯対策をしましょう
- ・ 新聞受けに新聞がたまっていると留守を悟られるので、**隣近所の方に預かってもらうか、新聞販売店に留守中の配達停止を依頼**しましょう



**休みの計画・準備は万全ですか？**  
 ゴールデンウィーク期間は、家を空ける時間が多くなり、空き巣などの泥棒に狙われやすくなります。  
 楽しい休みを過ごすために…

**もつすぐ、ゴールデンウィーク  
 空き巣対策は大丈夫ですか？**



**元気にお出かけ高齢者  
 ピカッと反射材&ハイビーム大作戦！**

愛知県では、高齢者が犠牲となる交通死亡事故が多発しており、津島警察署管内でも、高齢者が関係する重大な交通事故が多発しています。  
 高齢者が犠牲となる事故の特徴としては、

- ・ 自宅近く（1キロメートル以内）の普段通り慣れた道で発生
- ・ 早朝夜間での反射材の未着用
- ・ 自転車での一時不停止となつています。

特に夜間、反射材を着用していない高齢者の方が、交通事故に遭遇していることから、津島警察署では「元気にお出かけ高齢者ピカッと反射材&ハイビーム大作戦！」と銘打って、外出する高齢者に対する反射材の着用率アップと、運転者には、ハイビームを効果的に利用して早期の危険回避をお願いしています。



## 今月のバランス献立

### 鯉のトマトソースかけ 新じゃがのオイスターソース炒め 野菜スープ

1人分 638kcal 塩分2.8g

#### 鯉のトマトソースかけ

材料 (2人分)

鯉140g、塩こしょう少々、小麦粉大さじ1、オリーブオイル小さじ1<トマトソース> トマト小1個、玉ねぎ4分の1個、にんにく1片、オリーブオイル小さじ1、塩こしょう少々、<付け合せ>クレソン6本、空豆4さや

#### 作り方

- ①鯉を1cm幅に切り、塩、こしょう少々をふり、小麦粉をまぶす。
- ②フライパンにオリーブオイルをいれ、①を並べ中火で両面を軽く焼く。
- ③トマトをざく切り、玉ねぎ、にんにくをみじん切りにし、オリーブオイルで炒めながら煮詰めて塩、こしょうで味をつける。
- ④空豆はさやのまま片面5分ずつ焼いて身をとりだす。
- ⑤②に③をかけて④とクレソンを添える

※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
ベビーマッサージ	5月20日(金)	午前10時30分～11時30分	0歳児親子※1	5月9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
ハイハイ広場	5月25日(水)	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
5月生まれお誕生日会	5月27日(金)	午前11時～11時30分	5月生まれの未就園児親子	5月1日(日)～25日(水)	なし	手形と親子遊び	無料	なし
子どもクッキング	5月28日(土)	午前10時～11時30分	小学生	5月16日(月)～	20人	みんなで協力して作ろう	材料費200円	エプロン、三角巾、お皿、お茶、上靴
スポーツあそび	5月28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

○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（定員になり次第締切）。※1 生後1カ月健診後～満1歳ごろ ※2 生後4カ月ごろ～満1歳ごろ

## 形成外科・再建外科

## ～乳房再建についてご紹介します～

津島市民病院  
形成外科医師

山内 真紀子

形成外科は、体表面の先天的・後天的変形や欠損を修復し、形態面・機能面の両面の回復をめざす外科系診療科です。失われた形と機能を作り直すという意味で、再建外科とも言われます。従って、患者さんやその家族の多くは、「他の人と違って目を引くので、いわゆる普通の形に治してほしい」と訴え、外来を訪れます。これらの人々を社会に適応させ、Quality of life (生活の質) を高めることが我々形成外科医の目指すところです。

具体的に扱う疾患は、すべての傷や変形をきれいに治し、形と機能を作り直すことを主目的に以下の様に大きく分けられます。

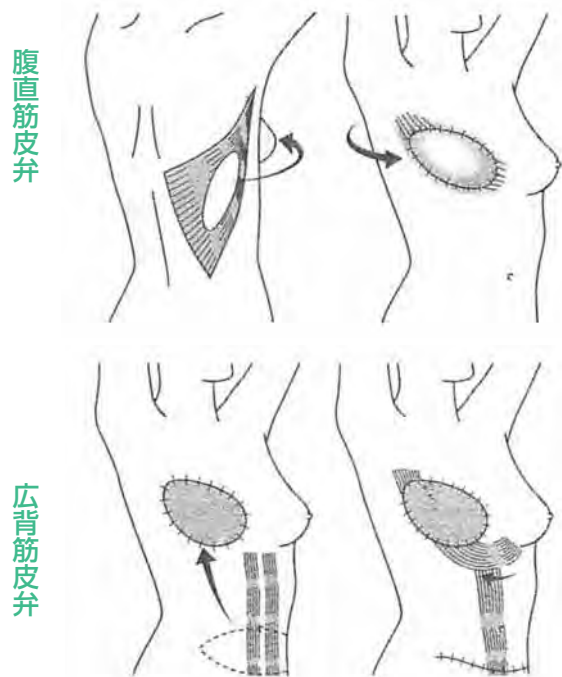
- ①外傷
- ②先天異常
- ③良性・悪性腫瘍・腫瘍切除後の「再建」、あざ
- ④美容
- ⑤熱傷

今回は悪性腫瘍である乳癌にて乳房を失ってしまった患者さんを対象に、乳房を作り直す、「乳房再建」について簡単にご紹介したいと思います。最大の目的は整容的に満足しうる左右対称な乳房形態の再現です。

方法は、①自分の組織を使用する方法と②人工物を使用する方法の2つに分けられます。それぞれに利点と欠点があり、患者さんとよく話し合った上で一番良い方法を選びます。

まず一つ目は、自分の組織を利用して再建する方法で、「自家組織移植法」といいます。現在乳房再建に用いられている自家組織再建材料は、腹直筋皮弁、広背筋皮弁が主体です。腹直筋は腹部を縦方向に走る筋肉です。広背筋は背中にある筋肉です。それぞれ、筋肉の一部とそれを栄養とする血管と周囲の脂肪組織を同時に採取し、欠損した乳房へ移植します。筋肉の一部を一緒に移植することで、移植した組織へより安定した血液の流れを維持できます。また、自己の組織を使用するため、より自然な質感の乳房再建が可能です。一方で、組織を採取するため、患者さんへの負担を伴います。患者さん個々の生活様式や将来を考えた上で

選択する必要があります。



▲宇田宏一編著「モバイルブック形成外科」菅原康志監修  
克誠堂出版 より引用

二つ目は、人工物(マンマプロテーゼ)を挿入する方法です。人工物を使用するため、自己の組織を採取する必要がなく、患者さんの負担(手術侵襲)が比較的軽くなります。一方で、人工物ですので、破損・露出などの合併症が挙げられますが、大胸筋という筋肉の下に挿入することで回避しやすくなります。また、人工物は人間の体にとっては「異物」ですので、周囲に膜を作ってしまうことにより乳房が縮み、形態や質感を損ねることがあります。

このように、乳房再建の方法はいくつかあり、これからも進歩していく分野です。

形成外科では、前述のように、本当に幅広い疾患を扱っています。今回ご紹介できたのはごく一部ではありますが、失われた形態や機能を回復し、患者さんやご家族が少しでも豊かな社会生活を送ることができるよう、お力になりたいと思っています。

# 6月の母子健康診査、BCG予防接種、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)	19(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:妊娠中の食事や母乳育児についての講話、お父さんの妊婦体験、交流会	40人 予約制	母子健康手帳
離乳食前期	15(水)	午前9時45分~10時 (午前10時~11時30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と試食など	25人 予約制	母子健康手帳
BCG予防接種	7(火)	午後1時20分~2時	生後1歳に至るまでのお子さん ※対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 BCG予防票
4カ月児健康診査	8(水) 22(水)	午後1時~2時30分 (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	16(木) 23(木)	午後1時~1時45分	平成26年11月生のお子さん ※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
2歳児歯科健康診査	9(木)	午後1時~1時45分	平成26年6月生のお子さん (3歳未満まで受診可)	40人 予約制	母子健康手帳、問診票 タオル 仕上げ磨き用歯ブラシ
3歳児健康診査	17(金) 24(金)	午後1時~1時45分	平成25年6月生のお子さん ※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

☆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

看護師・保健師・管理栄養士が担当します

健康ホットライン ☎27-1021(相談専用です)	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(祝日は除く) 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・喫煙度チェックもできます。	月~金(祝日は除く) 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。	
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。	5月20日(金)、6月17日(金) ※要予約 ※上記以外の日程でも 相談可能

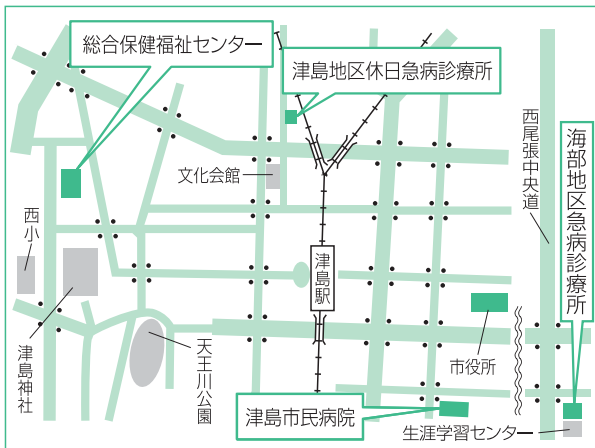
## くすり安心電話

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~翌日午前  
9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



<b>津島地区休日急病診療所</b> 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	<b>海部地区急病診療所</b> 内科・小児科 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 歯科 日・祝日 午前9時~11時30分 午後2時~4時30分 所在地 莪原町字郷西37 ☎25-5210
<b>津島市民病院</b> 所在地 橘町3-73 <a href="http://www.tsushimacity-hp.jp/">http://www.tsushimacity-hp.jp/</a> ☎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	入場料	問合せ
チャリティー川島かず恵 夢の華謡祭	5月1日(日) 午前9時20分	小	無料	川島 ☎052-444-1189
ドラゴンゲート津島大会	5月7日(土) 午後6時	大	有料	ドラゴンゲート ✉ticket-info@dg-pro.jp
さわやか会歌謡祭 チャリティーショー	5月15日(日) 午前9時10分	小	無料	石原 ☎0567-46-2569
ケロポンズ親子ふれあい コンサート	5月21日(土) 午後1時	大	有料	宮本 ☎090-4265-1574
全日本選手権10ダンス	5月22日(日) 午前10時	大	無料	愛知県ダンススポーツ連盟 ☎052-731-6881
この道ひと筋	6月5日(日) 午前9時45分	大	無料	小柳 ☎080-3654-2492

## 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、  
問い合わせ先でお尋ね  
ください。

津島市市長公室  
企画政策課  
☎0567-24-1111

名称	日時	場所	料金	問合せ
七宝焼体験教室 特別企画 「てんとう虫のブローチ」	5月17日(火)・18日(水)、 20日(金)～22日(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	2,000円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
七宝歴史講座 「七宝焼の歴史」	5月22日(日) 午後2時～3時30分	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流ホール	無料	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
蟹江川鵜飼	5月14日(土) 午前10時～午後5時	蟹江川 水辺スポット (西側・鹿島側)	無料	蟹江町観光協会事務局 (蟹江町ふるさと振興課内) ☎0567-95-1111
第2回探鳥会	5月15日(日) 午前10時～正午	弥富野鳥園 保護地内	無料	弥富野鳥園 ☎0567-68-2338
第3回企画展 「日本野鳥の会愛知県支部 野鳥写真展」	5月28日(土)～6月19日(日) 午前9時～午後5時	弥富野鳥園 本館2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎0567-68-2338
みんなであそぼう ～ピックスボックス～	5月21日(土)・22日(日) 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 ☎0567-52-1515
みんなであそぼう ～ボール～	5月28日(土) 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 ☎0567-52-1515

## 津島データファイル

人口と 世帯 (外国人を含む)	総人口…63,901人(−106)	市内の 交通事故 犯罪 [3月]	事故発生件数…28件(75件)	市内の 火災	3月……… 2件( 6件)
	男……31,484人( −32)		うち死亡者……… 0人( 0人)		( )内は平成28年中の累計
	女……32,417人( −74)		犯罪発生件数…53件	救急車の 出動件数	3月… 241件( 708件)
	世帯数…25,772世帯( +11)		( )内は平成28年中の累計		( )内は平成28年中の累計
	4月1日現在、( )内は前月比		( )内は平成28年中の累計		