

☺ 子どもの目

中学生になって学んだこと

中学生になってから今日までに多くのことを学びました。その中でも剣道から得られたものが印象に残っています。小学生の時から剣道を習っていたので中学校でも剣道部に入りました。小学生の時、自分のできないことをごまかしていました。そのため思うような剣道ができなくなり、悩んだ時期もありました。しかし、中学生になってからは、自分なりに考えて試合や練習を重ねるうちに、

少しずつ問題点を理解できるようになりました。この時、問題点はすぐに解決した方がよいということを知りました。この他にも剣道を通して、多くのことを学びましたが、そのどれもが、実際の生活に通ずるものがあると思います。剣道は僕に足りない部分や大切なことを教えてくれました。今年は、新型コロナウイルス感染症のため各種大会が中止となってしまいましたが、この先も剣道を続けて、より一層成長していきます。

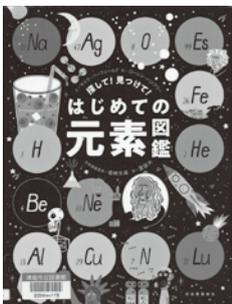


天王中学校3年
伊藤 安紀幸 君

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



『探して！見つけて！
はじめての元素図鑑』
マイク・パーフィールド 文
ローレン・ハンフリー 絵
若林文高 日本語監修
河出書房新社

日本の名前が入った元素記号があることを知っていますか？

原子番号113の元素で「ニホニウム(Nh)」といいます。新元素を発見、命名したのはアジア初です。

名前は知っているけれど、どういったものなのか、何に含まれているのか、名前はどのようにつけたのか。

科学の名探偵シャーロック・オームズと友だちのラトリー、ハッピーと一緒に元素を探してみませんか？

『キャラ絵で学ぶ！神道図鑑』 山折 哲雄 監修 すばる舎

『おばけのジョージとびだしたけいとだま』
ロバート・ブライト 作 こみや ゆう 訳 好学社

[8月の休館日]
25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



『感染症大全』
堤寛 著
飛鳥新社

新型コロナウイルスの情報が目に付くようになり、ウイルスについて考えることが増えた方も多いと思います。生活習慣で対処できるものから、致死的で簡単に予防できないものまで様々な種類があります。

病理診断を生業とする、つつみ病理診断科クリニック院長の堤寛氏が、普段の生活の中で感染症予防に役立てられるよう、病理標本を観察し、事例を紹介しています。

感染症の歴史や病原体を理解するためのQ&A、細菌や寄生虫などの症例を紹介した1冊です。

『絵の内と外』 谷川 俊太郎 詩 後藤 真理子 編 講談社

『おうちであわせ日本全国まるごとおとりよせ便』
たかはし みき 著 集英社

お任せください！

ヒザ・腰痛を改善し元気を取り戻しましょう

半日型リハビリ専門 津島柔整リハビリデイサービスセンター

ヒザの痛み
何とかならない
かしら...

ニーズに 週1~2回の 外出サポート
あった 体操で “お助け隊”で
個別指導 健康づくり！ お出かけも安心



送迎あり・体験できます

☎0567-23-3339

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

ご自宅でのリハビリなら

ながた訪問鍼灸マッサージ

寝たきりや ご自宅で
歩行が 機能訓練が
困難な方に できます

健康保険が使えます (※医師の同意書が必要)

☎0567-26-7711

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。

院長 コラム

一緒に考えましょう
健康のこと
医療のこと

65

新型コロナウイルス感染症 について思うこと



市民病院
院長 神谷里明

この原稿を書いている令和2年6月初旬時点では新型コロナウイルス感染は徐々に収まってきており、非常事態宣言も解除されました。この感染症が表に現れてからまだ半年しか経っていません。しかしこのウイルスにより日本ばかりでなく世界中の日常生活、社会生活に重大な影響が出ています。活動、移動の制限が大きくかかり、不慣れた生活を強いられています。ただこの制限の中で今まで当たり前だと思っていたものが当たり前ではないことがよくわかっています。普通に人と会って、話をすることが場合にによっては非常に危険を伴うことです。ウイルスは目に見えませんが、今回のウイルス感染症は感染していても症状の出ない時期や、人が存在します。そのことにより目の前の人が安全な

人なのか危険な人なのか判別がつかえません。常に危険を伴っていると考えて行動しなければ感染するという危険を自分が見なければなりません。人と直接会って話をすることがこんなに危険なことだという認識はありませんでした。活動、移動の制限を大きくかけることにより、収束していくことが期待されていますが、完全に人のつながりを断つことはできません。いつまで制限をしなければならぬのか正解はないと思います。ある程度収束してきたところで制限を解除してきていますが、再度感染拡大が見られることも考えられ、試行錯誤しながら前に進む必要があります。今まで知られていなかった感染症が広がることの恐ろしさを感じ知らせるウイルスです。できる限り早期の収束を望んでいます。ですが、一旦収まってもインフルエンザと同じように寒くなってくると再度流行する危険性が高いと考えられています。そのときに広がりやすさ、一人ひとりが自分の行動に責任を持つて、今行っていることが周りにどのような影響を及ぼすのか考えながら行動することです。以前のように普通に人と会い、話や、食事ができる日ができれば早く来ることを願っています。



市民病院を知ろう

管理栄養士編

36

今回は、杉本栄養管理室長、鷲野管理栄養士に、シティブロワーセッション課職員がお話を聞いてきました。

Q. 管理栄養士の具体的な仕事内容について教えてください。

A. 管理栄養士は、病院で臨床的に栄養指導をすることのできる国家資格です。皆さんは病院の食事が治療のひとつであることを知っていますか。市民病院では主に次の3つの業務を行っています。

① 栄養指導

糖尿病や高血圧症などの患者さんに対して、治療に役立つ上手な食べ方の相談を行っています。

② 入院患者さんの栄養管理

食事が十分とれているか、採血や体重測定の結果から栄養が不足していないかを判断し、栄養の充足を目指します。

③ 糖尿病教室などの講座の実施

月に1回、当院にかかっている患者さんだけでなく、地域の方も参加できる糖尿病教室を実施しています。月ごとにテーマを変え、継続して参加してもらえるよう工夫をしています。

Q. 子どものころから栄養について気を付けることがあれば教えてください。

A. 目先の好き嫌いではなく、「自分で

考えて食べることを教えましょう。食べられないものがあるのならば、食べられるものを組み合わせて必要な栄養を摂ればよいのです。自分で考えて食べられるようになれば、生活習慣病にかかるリスクを下げることができます。

Q. この記事を読んでいる皆さんへお伝えしたいことがあれば教えてください。

A. 最も重要なことは、「自分の元気のために、おいしく、楽しく食べること」だと思います。「おいしい」と感じないときは必要な栄養もきちんと摂れていないことが多いです。意識してみてください。

今回のインタビューでは、管理栄養士による臨床的な栄養指導が糖尿病や高血圧症などの治療に重要な役割を果たしていることが分かりました。



▲ 栄養指導をしている様子

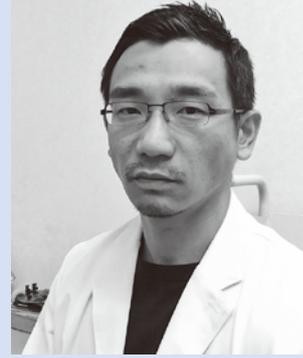
問合

市民病院経営企画課経営企画G
☎ 28-15151 内線2288-1

私のカルテ

No. 387

生活習慣病を管理し、脳卒中を防ぐ

津島市民病院
脳神経外科 主任医長

丹羽愛知

上杉謙信は、脳卒中で亡くなったと言われていました。かわや(和式トイレ)で急に意識がなくなり、数日後に亡くなったそうです。上杉謙信は酒好きであり、そのツマミは梅干しなどの塩分が高いものであったようで、高血圧症であった可能性が高いと考えられています。その生活習慣や、亡くなった最後の様子から死因は脳卒中であった可能性が高いと考えられているわけです。武田信玄との絡みで「敵に塩を送る」という逸話も持つ上杉謙信ですが、自分にも塩を盛り過ぎていたのでしょうか。

ということで今回は脳卒中と生活習慣病についてお話させていただきます。

脳卒中とは

脳卒中とは、脳の血管がトラブルを起こす病気です。脳卒中は大きく脳出血・脳梗塞・くも膜下出血に分類されます。脳梗塞は脳血管が「詰まる」のに対して、脳出血とくも膜下出血は脳血管が「破れる」という違いがあります。

脳卒中発作というと、「突然、意識を失って倒れる病気」と思っている方が案外、多いようです。しかし、こうしたひどい症状で発症するのは一部に過ぎません。言葉が喋りにくい、言葉が出てこない、手足の力が入りにくい、痺れる、頭痛、めまいなどの症状であることも多いです。

なぜ脳卒中の予防が必要か

脳卒中(脳血管疾患)は平成30年の全死亡者に占める割合は7.9%と死因の第4位です。また、要介護になってしまう原因としては15.1%と第2位を占めています。このように一度脳卒中にかかると元の健康な状態に戻ることが難しいため、脳卒中予防が大切になります。

脳卒中と生活習慣病の関係

脳卒中の主な原因とされる動脈硬化は、血管の内側にコレステロールなどが付着して血管が狭く硬くなり、血液の流れが悪くなった状態です。動脈硬化は加齢に伴いある程度必然的に起こる現象ではありますが、生活習慣病と呼ばれる高血圧症、脂質異常症、糖尿病、高尿酸血症などがある方はより動脈硬化が強くと進行していきます。つまり生活習慣病で動脈硬化が進み、その結果、脳卒中になるという例が多いのです。生活習慣病を治療するためには、生活習慣病であるかどうか気付くことも大切です。

生活習慣病

生活習慣病そのものは自覚症状に乏しく気付かれ

ないことも多いです。血圧が少し高いくらいだったり、検診の採血でコレステロールが高かったりするくらいでは、自覚症状はあまりありません。高血圧は「サイレント・キラー」との異名も持ちます。症状はないものの、少しずつ、血管は蝕まれ、脳卒中への道筋ができてしまいます。このような無自覚な状況で生活習慣病を見つけるためにも検診があるわけです。

脳卒中を予防するため具体的にどうするか

検診を受けることをお勧めします。高血圧症、脂質異常症、糖尿病、高尿酸血症などの生活習慣病を指摘された方は、病院を受診し、適切な治療を受けながら、食生活や生活習慣を改善していくことが重要です。

また脳ドックといって、MRIを受けて脳の状態を把握しておくことも近年では積極的に行われています。脳血管の動脈硬化などが写真として見ることができるとイメージしやすいという利点があります。脳ドックを受け、脳血管に動脈硬化があり、それから生活習慣病を検索するという方も最近では増えているように感じます。

脳神経外科の立場から申し上げますと、脳ドックを行うことで、脳血管の動脈硬化の状態を把握しながら、薬物治療を行い、生活習慣病のコントロールを指導できることがメリットだと思っています。

まとめ

脳卒中は、必ずといっていいほど合併している生活習慣病を管理・治療することで予防できます。この超高齢化社会では、自覚症状なく忍び寄る生活習慣病を早期発見し管理することが脳卒中予防に繋がり、寝たきりや重い後遺症にならず健康に過ごすことがテーマです。まずはその入り口として、脳ドックから始めてみるのも良いかもしれません。不安かもしれませんが、それに一緒に向き合うのが我々の仕事です。いつでもご相談ください。

中央児童館 登録制会員再募集のお知らせ

問合せ 中央児童館 ☎26-3540

中央児童館の休館に伴い、前期(4月～8月)の開催が中止となったため、再募集を行い、9月からクラブ・教室を開始します。

- 申込期間** 8月1日(土)～9日(日) ※開館時間内での受付になります。
- 申込場所** 中央児童館(申し込み用紙の記入をお願いするため、電話での受付はできません)
- 申込制限** 複数の☆クラブ登録はできません。☆クラブを申し込まれる方は★教室いずれかの申し込みが可能です。☆クラブを申し込んでない場合は、★教室両方を申し込むことが可能です。
- 抽選と結果発表** 定員を超えた場合は、8月11日(火)午前10時から公開抽選。抽選結果は8月17日(月)以降、中央児童館でお渡しします。

☆乳幼児親子(りんご・ぶどう)・小学生クラブ員 ※クラブは専門講師による指導

クラブ名	対象	内容	定員	日程(基本)	時間
りんごクラブ (1歳児)	平成30年4月2日～平成31年4月1日に生まれた子とその保護者	リトミックを中心とした親子ふれあいの場	11組	第3月曜日	午前10時30分～11時15分
ぶどうクラブ (2歳児)	平成29年4月2日～平成30年4月1日に生まれた子とその保護者	体を動かすことを中心とした親子ふれあいの場	7組	第2・4月曜日	午前10時30分～11時15分
体操クラブ	小学1年～2年生	小学生の体操教室	10人	第2・4金曜日	午後3時45分～4時30分
ミュージッククラブ	小学1年～4年生	音楽を楽しもう	6人	第2土曜日	午後2時～3時
アレンジフラワークラブ	小学4年～6年生	花の名前を覚えながらアレンジを楽しむ	2人	第3土曜日	午後2時～3時

※アレンジフラワークラブは、花材費の一部として2,800円(400円×7回分)が必要となります(途中退会されても返金はしかねます。材料等を取りにお越しください)。

★教室

エンジョイ工作	年長児～小学6年生	様々な素材に触れ、造ることを楽しむ	3人	第1土曜日	午前10時30分～11時30分
ワンチーム	年長児～小学6年生	ルール・マナーを覚えながら身体を動かして遊ぼう	9人	第4土曜日	午前10時30分～11時30分

※エンジョイ工作教室は、材料費として350円(50円×7回分)が必要となります(途中退会されても返金はしかねます。材料等を取りにお越しください)。

※年長児の方の参加は、終了時間のお迎えをお願いします。

※各クラブの詳細な日程は、抽選結果発表時にお知らせします。

※日程は、祝日の関係、講師の都合等でご変更になる場合があります。また天候等により中止させていただく場合があります。

中央児童館で遊ぼう!

中央児童館 ☎26-3540

イベント	日付	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
☆ハイハイ広場	8月25日(火)	午前10時30分～11時15分	0歳児とその保護者 ※1	当日受付	なし	身長体重計測と看護師による発育相談	無料	タオル 水分補給できるもの
☆なかよし広場	8月4日(火) 8月28日(金)	午前10時30分～11時15分	満1歳ごろから未就学児とその保護者	当日受付	なし	♪シャボン玉とぼそ♪ 夏をいっぱい楽しんじゃおう!	無料	タオル・帽子 マスク 水分補給できるもの
そだねえ～会	8月30日(日)	午後1時30分～4時30分	中学生・高校生	当日受付	なし	風船バレーを楽しもう	無料	水筒・上靴 マスク
スポーツあそび	9月6日(日)	午後2時～3時	中学生・高校生	当日受付	なし	スポーツを楽しもう(卓球)	無料	水筒・上靴 マスク

○新型コロナウイルス感染拡大防止のため、急遽イベントを中止にさせていただくことがあります。ご理解いただきますようお願いいたします。

○来館の際はマスク着用、手消毒の徹底、連絡先・体温の確認をさせていただきます。ご協力よろしくお願いいたします。

○開館時間:午前9時30分～午後5時(水曜日午後・木曜日・祝日の休館日を除く) 児童館に貴重品は持ってこないようにしましょう。

○☆印のイベントは、初回受付時に登録書の記載をお願いします。2回目以降は電話での受付が可能です。

※1 生後4カ月ごろ～満1歳ごろ

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

種別	日	受付時間(開催時間)	対象	定員	持ち物
妊産婦歯科健康診査	15(火)	午後1時～3時 ※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	18人 予約制	母子健康手帳 タオル
離乳食前期	16(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時40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、歯のお話など	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児健康診査	9(水) 30(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	10(木) 17(木)	※指定された時間	※対象者に個別通知をします	—	母子健康手帳 問診票 バスタオル
2歳児歯科健康診査	24(木)	※指定された時間	2歳以上3歳未満のお子さん	20人 予約制	母子健康手帳 問診票 タオル
3歳児健康診査	11(金) 18(金)	※指定された時間	※対象者に個別通知をします	—	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にて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・尿・体脂肪・喫煙度・ストレスチェック、 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5時 ※要予約
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。	※要予約
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	※電話相談可
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。	8月14日(金)、9月11日(金) ※要予約 ※上記以外の日程でも相談可能

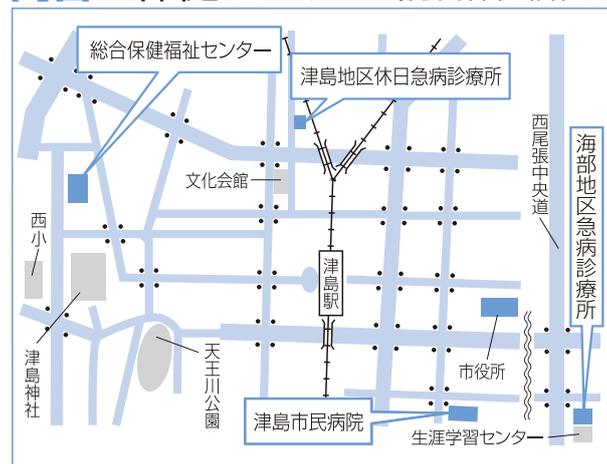
くすり安心電話

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～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

津島市民病院

所在地 橘町3-73

http://www.tsushimacity-hp.jp/

☎28-5151

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
日・祝日 午前9時～11時30分
午後1時～4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 義原町字郷西37

☎25-5210

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

名称	日時	ホール	料金	問合せ
自由演奏会 in海部2020	8月10日(月・祝) 午後2時15分	大	無料	斎藤 ☎090-8152-0912

(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。

となり街 お出かけ 情報

名称	日時	場所	料金	問合せ
みどぼんのへや	8月1日(土)～31日(月) 受付: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 ☎52-1515
みんなであそぼう ～プールでゲーム～	8月2日(日)・9日(日)・16日(日) 23日(日)・30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
七宝職人さん大集合	8月8日(土) 午前9時30分～午後4時	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 「HONUのチャーム」 (要予約)	8月19日(水)・20日(木) 22日(土)・23日(日)・26日(水) 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	3,000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	8月22日(土)・23日(日) 午後1時30分～4時 (事前申込7月26日(日)～、 定員各日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6日(日) 受付:午前10時30分、 午後1時30分	海南こどもの国 多目的ホール ジャブジャブ池	無料	海南こどもの国 ☎52-1515

※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。

今月のバランス献立



サバ缶のスパイスカレー マヨポンサラダ 1人分 660kcal 塩分1.6g
サバ缶のスパイスカレー
材料(2人分) YouTubeに投稿しています

サバ缶1缶、玉ねぎ中1個、オリーブオイル大さじ1、にんにく一片、生姜一片、
トマト缶200g、牛乳200cc、塩小さじ1/2、なす1本、ごはん300g、スパイス(コ
リアンダー小さじ1、ガラムマサラ小さじ1、ターメリック小さじ1/2)

作り方

- ①玉ねぎをスライスする。にんにくと生姜をみじん切りにする。
- ②スパイスを合わせておく。
- ③フライパンにオリーブオイルと玉ねぎを入れて透明になるまで中火で炒め、にんにくと生姜を入れてさらに炒める。
- ④トマト缶を加え水分がなくなるまで炒めてからスパイスと塩を加えさらに炒める。
- ⑤汁ごとサバ缶と牛乳を加えて中火で10分煮込む。
- ⑥なすは輪切りにして電子レンジで加熱する(目安500w2分)。
- ⑦お皿にごはん、なす、ルーを盛り付ける。

※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。

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。
 ※法律相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日に相談できない場合があります。
 ※年金相談は、受付件数が限られています(番号札は、当日午前8時30分より配付)。

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	7日、9月4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	6、13、20、27日、9月3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	14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
法律相談(要予約)	4、18日、9月1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	4、18、25日、9月1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	5、12、19、26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	20日 午前10時～午後3時	市役所1階相談室ほか	保険年金課医療・年金G ☎24-1114
法律相談(要予約)	11日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務課庶務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	5日、9月2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)	13、25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	21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	5、6、12、19、20、26日、9月2、3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 ☎24-1115

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止となる場合があります。事前に電話でご確認ください。

津島データファイル

人口と世帯 (外国人を含む)	総数 ……61,976人 (-13)
	男 ……30,606人 (-14)
	女 ……31,370人 (+1)
	世帯数 ……26,659世帯 (+31)
	7月1日現在、()内は前月比
市内の交通事故・ 犯罪 [5月]	事故発生件数 ……4件 (70件)
	うち死亡者 ……0人 (1人)
	犯罪発生件数 ……36件 (156件)
	()内は令和2年中の累計
市内の火災	5月 ……0件 (8件)
	()内は令和2年中の累計
救急車の 出勤回数	5月 ……180件 (1,082件)
	()内は令和2年中の累計

今月の市税や料金など

納期限 令和2年8月31日(月)

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、三重銀行、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)

津島の魅力はアップした…？

市では、津島の魅力を再発見し、にぎわいを創り出そうと様々な事業を展開しています。そうした事業が浸透しているか、あるいは津島の魅力が増したかどうかをはかるため、継続的にアンケートを実施しています。つきましては、あなたのご意見をお聞かせください。

33ページの回答欄に、あてはまる数字等をご記入ください。

問1 津島にどのようなイメージをお持ちですか(3つまで)。

- ①自然が豊か
- ②歴史・伝統がある
- ③観光への対応に熱心
- ④個性がある
- ⑤交通が便利
- ⑥暮らしやすそう
- ⑦活気がある
- ⑧成長力がある
- ⑨文化・スポーツ活動に熱心
- ⑩市民活動が活発
- ⑪よい行政活動をしている
- ⑫あてはまるものがない

問2 津島市は全国的に見て、知名度がある市だと思いますか。

- ①思う
- ②どちらかと言えば思う
- ③どちらかと言えば思わない
- ④思わない

問3 津島は魅力があると思いますか。

- ①思う
- ②どちらかと言えば思う
- ③どちらかと言えば思わない
- ④思わない

問4 1年前と比較して、津島の魅力はアップしたと思いますか。

- ①思う
- ②どちらかと言えば思う
- ③どちらかと言えば思わない
- ④思わない

問5

津島市が市外に自慢できるものは、何だと思いますか(3つまで)。
直接、回答欄のあてはまる項目に○をつけてください。
あてはまるものがなければ、自由記入欄にご記入ください。

問6

津島のにぎわいを創り出そうと、様々な事業を展開していますが、ご存知ですか。
(まち歩きツアー、てら・まち御縁結び、津島を楽しむ体験プログラムなど)
また、ご意見などありましたらご自由にご記入ください。

- ①知っている
- ②聞いたことはある
- ③知らない

料金受取人払郵便

津島局承認

3113

差出有効期間
令和2年9月
10日有効
(切手不要)

4968790

津島市立込町2-21

津島市役所市長公室

シナヤプロモーショナル課 行



山折り②

のりしろ



のりしろ

山折り①

のりしろ





充実した人生のために

20・6・23(火)
神守支所

男女それぞれの個性と能力を発揮できる社会の実現に向け、6月23日(火)～29日(月)に男女共同参画に関するパネル展示を行いました。

すべての人が性別に関わらず自分らしい充実した生活を送るために、人生の時間の使い方を考えるきっかけとなりました。



天王川公園のあじさいが6月中旬に満開を迎えました。撮影日はよく晴れていたため、藤棚に差し込む太陽の光と相まってとてもきれいでした。



熱中症を防ぐために
マスクをはずしましょう

ウイルス
感染対策は
忘れずに!

屋外で

人と2m以上

(十分な距離)

離れている時



マスク着用時は

激しい運動は避けましょう

のどが渴いていなくても **こまめに水分補給をしましょう**

気温・湿度が高い時は特に注意しましょう

マスクをしないと
熱中症になりそう...



参考:環境省、厚生労働省リーフレット

発行

津島市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

http://www.city.tsushima.lg.jp

☎24-1111(代表)

☎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し上げます。