

## ☺ 子どもの目

### サッカーから学んだこと

僕はサッカーが好きです。僕は小学3年生の時にテレビで日本代表の試合を見て、その姿にあこがれてサッカーを始めました。

僕がサッカーをしていて一番良かったと思うことは、親のありがたみを知れたことです。靴やボール、カバンなどの道具をそろえたり車で試合会場まで送り迎えをしたりしてくれました。サッカーを続けてこられたのは、親のおかげです。とても感謝しています。

そして、サッカーを通して、厳しく指導してくれた人やサッカーが上手な人など個性のある仲間たちと出会うことができました。また、自分から挨拶をしたり、目上の人に対して礼儀正しくしたり、当たり前のことを当たり前に行えるようになりました。サッカーは自分を人として成長させてくれました。

そして、かつて自分があこがれを抱いた選手のように、誰かに夢や希望をあたえられる立派な人になろうと思います。



藤浪中学校 3年  
おおした かいと  
太下 魁音 君

## 本のひととき

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



『池の水なぜぬくの?』  
安斉 俊 著 絵  
勝呂尚之 監修  
くもん出版

池の水を全部抜いてしまうテレビ番組を観たことがありますか。実はこういった大きな作業をするには、事前に目的や計画を立て、さらに調査・記録といった準備をする必要があります。この本は池の水抜きという作業から分かる生態と、その環境についてくわしく解説した内容となっています。

池の底には泥があり、その泥がアオミドロといった植物プランクトンに必要な栄養を作り出しています。池には欠かせないこの「泥」ですが、実は池の水を抜く本当の理由がその中に隠されているのです。

『すっぱいのひみつ』  
赤野裕文 著 会田博美 絵 金の星社

『日本庭園を楽しむ絵本』  
大野八生 作 あすなる書房

[ 7月の休館日 ]

27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



『謎解き鳥獣戯画』  
芸術新潮編集部 編  
新潮社

『鳥獣戯画』は、甲乙丙丁の四巻で構成された平安時代の絵巻物です。本書は各巻の謎と、その魅力について分析し、詳しく解説した内容となっています。

兎や蛙を擬人化し、現代の漫画に通じる表現が特徴的な「甲」の巻。現在も調査、研究が行われており、最近では兎の描き方が前半と後半で違うこと、紙質が異なっている点から、元々は別の巻だった可能性があるという発見がありました。数多くの謎が秘められた絵巻の全貌について、よく分かる1冊となっています。

『大名の「定年後」』  
青木宏一郎 著 中央公論新社

『ヤマザキマリの世界道楽録』  
ヤマザキマリ 著 JALブランドコミュニケーション

## 私たちと一緒に働いてくれる仲間を募集します(正社員・パート)



笑顔で元気!  
人と接する仕事が  
好きな方大歓迎!

- 内容: 障がいのある方に対する身の回りのお手伝い
- 時間: 正社員:4交代制、パート:1日3時間以上
- 給与: 面接の上決定(経験者優遇)



社会福祉法人

あいさんかい  
愛燦会

障がい者センター あいさんハウス

津島市上新田町2丁目200番地

Tel.0567-24-3725 (木村・田中)

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。



**「母さん?オレオレ」  
だけじゃない特殊詐欺の手口!**

特殊詐欺の被害者は高齢者ばかりではありません。若い方も被害に遭っています。

みなさんも特殊詐欺は他人事と思わず、「誰でもだまされる可能性がある」ことを念頭に次の対策を心掛けてみましょう。

**対策**

◆「キャッシュカードを預かります」や「コンビニで電子マネーを買ってください」と言われたら詐欺です。家族や知人、警察に相談しましょう。

◆パソコン利用者のみならず、

パソコン画面に「ウイルスに感染しています」と表示されたら、慌てずに一度電源を切ってください。表示された電話番号に連絡しないください。

◆愛知県警察公式アプリ「アイチポリス」ではお住まいの地域の犯罪情報等を地図上で確認することができます。是非インストールして、防犯に役立ててください。

**飲酒運転を根絶しよう**

飲酒運転は、犯罪です。危険な行為です。

運転者自身が飲酒運転をしない強い意思を持つことはもちろんですが、周りの人も、飲酒運転を絶対にさせないよう配慮しましょう。

バレなければ大丈夫だろうという甘い考えが、悲惨な交通事故を起こし、一生の後悔につながることもあります。

**飲酒運転は**

**「つないやせない・許さない」**

**ながら運転、ながら歩きは  
大変危険!**

交通状況は、刻々と変化しています。

ながら運転(スマホ、カーナビ等の使用)は、前方の異変に気付くのが遅れ、適切な回避措置が出来ず、交通事故を引き起こす原因にもなることから、絶対にやめましょう。

また、ながら歩きも視界が狭くなり、いわゆる脇見状態でもあり、人や物にぶつかる可能性が高くなります。

周囲の危険状況をいち早く察知し危険回避できるよう、歩行中のスマホやゲーム機等の使用は絶対にやめましょう。

**自分の命を守るのは「自分自身」。**

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
ベビーマッサージ	7月9日(金)	午前10時30分～11時30分	生後1カ月健診ごろ～満1歳ごろの乳児とその保護者	随時	5組	おかあさんのリラックス法とふれあい遊び	オイル資料代500円	バスタオル 水分補給できるもの
なかよし広場	7月16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	7月2日(金)～	6組	手形・足形アートを楽しもう	無料	汚れても良い服装 タオル 水分補給できるもの
カブラでオリンピック!!	7月17日(土)	午前10時30分～11時30分	年長児～高校生	随時	20人	カブラを使って思いっきり遊んでみよう!	無料	水筒 上靴 タオル
そだねえ～会	7月25日(日)	午後1時30分～4時30分	中学生 高校生	当日受付	なし	モルックで遊んでみよう	無料	水筒 上靴 タオル
スポーツあそび	8月1日(日)	午後2時～3時	中学生 高校生	当日受付	なし	スポーツを楽しみましょう(卓球)	無料	水筒 上靴
なかよし広場	8月6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	シャボン玉とんだ♪	無料	水筒 帽子 タオル

- 新型コロナウイルス感染拡大防止のため急きょイベントを中止させていただくことがあります。ご了承ください。
- 入館の際は上靴(スリッパ)・マスク着用・検温・手指消毒にご協力ください。
- 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。
- 初回来館の際に登録書の記載をお願いします。
- 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)。
- 定員のないイベントについて、参加者が多い場合時間をずらしての対応をさせていただく場合があります。

## 骨粗しょう症の予防について

津島市民病院  
整形外科医師とどろき  
等々力  
かずのり  
一徳

## ◆骨粗しょう症とは？

健康な骨は中身が詰まっいて丈夫(密度が高い)ですが、骨の中身がスカスカになり密度が低下すると骨はもろくなります。この詰まり具合を「骨密度」と言います。骨密度の低下は「骨粗しょう症」という病気につながります。骨密度は年齢とともに低下するため、骨粗しょう症は中高年(特に女性、男女比1:4)がかかる病気とされてきました。ところが、最近では若年層(こちらほとんどは女性)でも見られるようになってきました。これは、極端なダイエットなどによるカルシウム不足が原因といわれています。

健康な人の骨



普通の状態

骨粗しょう症の人の骨



スカスカの状態

## ◆予防するには？

骨は日々生まれ変わっています。骨を形成している骨細胞が新陳代謝を繰り返し、約半年で新しい骨細胞が作られています。この新陳代謝のエネルギーとしてカルシウムが必要になるのですが、血液中のカルシウムは一定に保たれているため、不足すると骨からカルシウムが溶けだす量が増え、骨がもろくなります。骨を丈夫にするには、材料となるカルシウムを常に補充し続ける、つまり毎日の食事に取り入れることがポイントです。特に、カルシウム吸収率が良い牛乳・乳製品がおすすめです。ビタミンDはカル

シウムの体内への吸収を助ける効果があるため、ビタミンDを多く含む食品であるシイタケなどのキノコ類、<sup>さけ</sup>鮭などの魚類と一緒に摂るとさらに吸収率がアップします。また、ビタミンDは紫外線を浴びることで体内でも生成されるので、適度な日光浴も効果的です。一方、リンという物質はカルシウムの吸収を妨げてしまいます。リンを多く含むスナック菓子やインスタント食品などは摂りすぎないように気を付けましょう。アルコールやタバコもカルシウムの吸収を妨げるので注意しましょう。

このほか、骨の強さを保つためには筋力も必要です。たんぱく質もバランス良く摂取し、適度な運動を取り入れることをおすすめします。運動をすることによって骨が刺激を受けて骨細胞が働き、骨の形成を促す指示を伝えます。するとカルシウムが取り込まれて新たな骨細胞が形成されます。この繰り返しで骨は丈夫になっていきます。運動する時間がなくても、日ごろからこまめに動くよう意識し骨へ刺激を与えましょう。

これらのポイントを意識して骨粗しょう症を予防しましょう。



## 8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

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催中止や内容の変更をさせていただく場合があります。

種別	日	受付時間(開催時間)	対象者	定員	持ち物
HAPPY マタニティ (育児編)	1(日)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時50分)	妊娠中の方とその家族 内容:赤ちゃんの生活や特徴についての 講話、赤ちゃんのお世話の実習	30人 予約制	母子健康手帳 バスタオル
離乳食教室	25(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分)	1歳未満のお子さんをもつ保護者	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児 健康診査	4(水) 25(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	5(木) 26(木)	午後1時15分～ 2時15分 ※指定された時間	※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 バスタオル
2歳児歯科 健康診査	19(木)	午後1時15分～2時 ※指定された時間	2歳以上3歳未満のお子さん ※対象者に個別通知をします	20人 予約制	母子健康手帳 問診票 タオル
3歳児 健康診査	20(金)	午後1時15分～ 2時15分 ※指定された時間	※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

☆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・体脂肪・喫煙度・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4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、 ひきこもりに関すること。	
お口の健康相談	歯みがきの方法等、歯科に関すること。	
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。	7月16日(金)、8月20日(金)※要予約 ※上記以外の日程でも相談可能

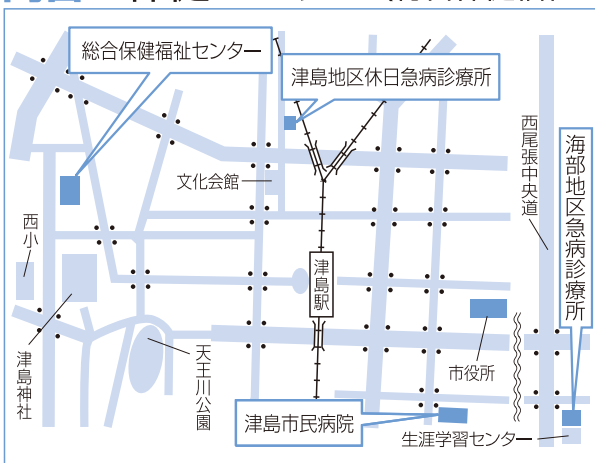
### くすり安心電話

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



<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 当面の間、休診 土曜日 午前9時～11時30分 日・祝日 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 萩原町字郷西37 ☎25-5210
<b>津島市民病院</b> 所在地 橋町3-73 http://www.tsushimacity-hp.jp/ ☎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

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

(6月1日現在)  
※掲載している催し物の  
名称などは予定です。

名称	日時	ホール	料金	問合せ
松かおり歌謡祭	7月11日(日) 午前9時30分	大	無料	松 ☎080-3285-2366
DRAGON GATE プロレス 津島大会	7月17日(土) 午後6時	大	有料	DRAGON GATE(株) ✉ticket-info@dg-pro.jp
音楽療育発表会	8月7日(土) 午後2時	小	無料	ファースト ステップあま ☎052-870-0704

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、問合せ  
先にお尋ねください。

名称	日時	場所	料金	問合せ
七宝焼体験教室 特別企画 「ガラス胎七宝」 (要予約)	7月13日(火)・15日(木) 17日(土)・18日(日)・21日(水) のいずれか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	3,500円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588
ストーン ペインティング 教室①	7月17日(土) 午後1時30分～4時 (事前申込6月20日(日)から受付 定員20人)	弥富野鳥園 2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
プールチャレンジ	7月17日(土)～8月31日(火) (7月19日(月)を除く) 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)	海南こどもの国 ☎52-1515
ストーン ペインティング 教室②	7月18日(日) 午後1時30分～4時 (事前申込6月20日(日)から受付 定員20人)	弥富野鳥園 2階会議室	無料	弥富野鳥園 ☎68-2338
みんなであそぼう ～プールでゲーム～	7月18日(日)・25日(日) 8月1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)	海南こどもの国 ☎52-1515
企画展「宝小学校 卒業制作のあゆみ」展	7月22日(木・祝)～ 8月24日(火) 午前9時～午後5時 (入館は午後4時30分まで)	あま市七宝焼 アートヴィレッジ 企画展示室	小中学生100円 高校生以上310円	あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588

お任せください!

半日型  
リハビリ専門

ヒザ・腰痛を改善し元気を取り戻しましょう  
津島柔整リハビリセンター デイサービス

送迎あり・体験できます

ヒザの痛み  
何とかならない  
かしら...



ニーズに  
あった  
個別指導

週1～2回の  
体操で  
健康づくり!

外出サポート  
“お助け隊”で  
お出かけも安心

ご自宅でのリハビリなら

ながた訪問鍼灸マッサージ

健康保険が使えます (※医師の同意書が必要)

寝たきりや  
歩行が  
困難な方に

ご自宅で  
機能訓練が  
できます

☎0567-23-3339 (夜間はこちら ☎0567-26-7711)

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



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。

# 7 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。  
※予約制の相談は、受付件数が限られていますので、ご希望の日時に相談できない場合があります。

相 談 名	日 時	場 所	問 合
行政相談	2日、8月6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	1、8、15、29日、8月5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	9日 午前9時～正午 受付は終了時間の30分前まで	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
弁護士相談(要予約)	6、20日、8月3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
司法書士相談(要予約)	27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	6、13、20、27日、8月3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	7、14、21、28日、8月4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(要予約)	15日 午前10時～午後3時	市役所1階相談室	保険年金課医療・年金G ☎24-1114
法律相談(要予約)	13日 午後1時～4時	市役所1階相談室	総務デジタル課庶務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	7日、8月4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)	15、21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・ 勤労者金融相談	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	30日 午前11時～正午	西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	1、7、8、14、15、21、22、28日、8月4、5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

## 津島データファイル

<b>人口と世帯</b> (外国人を含む)	総 数 ……61,314人 ( -63) 男 ……30,256人 ( -32) 女 ……31,058人 ( -31) 世帯数 ……26,749世帯 ( -1) 6月1日現在、( )は前月比
<b>市内の交通事故・犯罪</b> [4月]	事故発生件数 ……19件 ( 62件) うち死亡者 ……0人(0人) 犯罪発生件数 ……26件 ( 80件) ( )内は令和3年中の累計
<b>市内の火災</b>	4月 ……2件 ( 7件) ( )内は令和3年中の累計
<b>救急車の出動回数</b>	4月 ……229件 ( 907件) ( )内は令和3年中の累計

## 今月の市税や料金など 納期限 令和3年8月2日(月)

固定資産税・都市計画税…第2期 国民健康保険税…第3期  
介護保険料…第4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…7月分 後期高齢者医療保険料…第1期

### 市税の今後の納期

	8 月	9 月	10 月
市 民 税 ・ 県 民 税	第2期	—	第3期
固定資産税・都市計画税	—	—	—
国 民 健 康 保 険 税	第4期	第5期	第6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、三十三銀行、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)



水面に浮かぶ  
純白の花

21・5・19(水)  
天王川公園

例年より早く訪れた今年の梅雨入り。この日、丸池のスイレンがきれいに咲いているのを見つけました。

天王川公園のスイレンは、6月初旬から見頃を迎え、7月下旬まで楽しむことができます。

スイレンの花は朝に開き昼に閉じてしまうため、通常午後は撮影が難しいのですが、この日は雨のためか昼過ぎでも満開の状態を見ることができました。



優しい線画の花々  
勢ぞろい

21・5・19(水)  
市立図書館

第4回ボタニカルアート展が市立図書館で開催されていました。

ボタニカルアートは、図鑑などで目にする植物の精密画のことをいい、鉛筆で丁寧に下絵を描いた後に水彩で着色して描きます。

本展示は、図書館で開催されている「ボタニカルアート入門講座」の講師の伊藤みゆきさんと、生徒の皆さんの作品を展示したもので、それぞれの力作がずらりと並びました。



どんな顔に  
しようかな

21・5・21(金)  
神島田小学校

神島田小学校の放課後子ども教室では、この日紙コップを使った工作が行われ、新型コロナウイルスの流行とともに話題になった疫病退散の妖怪「アマビエ」のマスコットを作りました。

放課後子ども教室のスタッフが指導・補助する中、子どもたちは1人ひとりが個性的な表情をマスコットに描きました。



手話でつなぐ  
支え合いの精神

21・5・26(水)  
市立図書館

市立図書館で、手話奉仕員養成講座が開催されました。

手話奉仕員とは、聴覚等に障がいのある方が安心して暮らせるよう、手話通訳によって意思疎通の支援を行う方のことです。

今期受講生は9人で、翌3月中旬までに全40回の講座を受講予定です。

講座修了後は地域のボランティアとして社会活動に参加するなど、地域福祉を支える人材として活躍が期待されています。

発行

津島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。