

私のカルテ

No 4 2 5

## 結核

津島市民病院 呼吸器内科主任医長

さとう けんた  
佐藤健太

結核という言葉をごどこかで耳にしたことがあるかと思  
います。本であったりテレビであったり、身近な人にか  
かった方がいたり。みなさんの結核に対する印象はどう  
でしょうか。昔の病気という印象をお持ちの方もいけば、  
中にはかつての不治の病と言われていた頃の印象を  
持っている方もいるかもしれません。結核は古代ミイラ  
にその痕跡がみられるほど古くからある病気ではありま  
すが、決して昔の病気ということなくまだまだ現在でも  
存在する病気です。欧米先進国はかなり前から結核の低  
蔓延国であったのに比べ日本は長らく結核の中蔓延国  
でありました。日本も2021年によく結核の低蔓延国  
入りとなりましたがそれでもまだ年間に1万人以上の方  
が結核を発病しています。

結核は菌をだしている肺結核の人が咳などをした際に  
結核菌が空気中に飛び散り、それを周りの人が吸い込む  
ことで感染します。ただ感染してもすべての人が発病す  
るわけではありません。感染した人の約10%の人が発病  
するとされており、感染しても発病しないまま生涯を終  
える方も多くいます。発病の多くは感染から2年以内にお  
こりますが、その後も免疫力の低下などにより発病する  
ことがあります。

結核の発病が疑われた場合、胸部レントゲン検査や  
CT検査、喀痰検査などを行います。そこで結核と診断さ  
れても全員が入院するわけではありません。検査で結核  
菌がたくさん排菌されていると考えられる時は入院治療  
となりますが、排菌していないと考えられる場合は外来  
での通院治療を行います。

かつては治療法がなく1950年以前の日本人の死因の  
トップで「亡国病」といわれた結核も現在では複数の薬剤  
を使用して治療することが可能になりました。ただ標準  
的には6カ月、時にはそれ以上の期間、薬をしっかりと飲  
み続ける必要があります。なぜなら薬を途中でやめてし  
まうことにより結核が薬に耐性を持ってしまうとその後  
の結核治療に困難が伴ってしまうからです。そのため治  
療期間の間、確実に薬を飲むことができるように保健所  
等の介入のもと薬の飲み忘れがないか確認する方策が  
とられています。

結核は世界的にみるとまだまだ多い感染症であり、日  
本ではその数は減ってきているといっても油断は禁物で  
す。繰り返しにはなりますがもし結核になってしまったら  
まずは出された薬をかかさず飲み続けること、それが基  
本ではありますがとても重要なこととなります。



児童書



『あさごはんの世界いっしょ』  
アリス・B・マッギンティ 作  
スズキトモコ 絵  
星野由美 訳  
汐文社

ちかい国、とおい国、どこにいても朝はやってきます。

世界の子どもたちは、どんなあさごはんを食べているのでしょうか？オーストラリア、日本、中国、オランダ、ブラジル、アメリカなど、世界12か国をめぐるます。

各国のあさごはんの特徴をポップなイラストとともに紹介します。

『日本の昆虫』  
今森光彦 著 田中良尚 監修 アリス館

『金曜日のあしたち』  
濱野京子 作 静山社

[ 11月の休館日 ]

13日月~24日金(特別整理休館日)  
28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」を設置しておりますので、ご利用ください。

一般書



『アイコンデザインのひみつ』  
米倉英弘 著  
翔泳社

以前であれば、マーク、サイン、ピクトグラムと呼んでいましたが、「アイコン」という言葉が身近なものとなり、幅広く使われるようになりました。

洞窟に描かれたものから、スマホやパソコンなどの機能を簡単に伝える絵記号など、アイコンには、様々な種類やデザインがあります。

この本では、アイコンの歴史や作り方、デザインだけでなく、アイコンの特徴を生かした仕事についても紹介しています。

私たちがアイコンと呼んでいるものは何か、考えるきっかけになる一冊です。

『水中ミステリー』  
井上たかひこ 著 東京新聞

『一寸先の闇』  
澤村伊智 著 宝島社

今月のバランス献立

サラダチキンの白菜のあんかけ  
リンゴの酢の物 さつま芋の豆乳スープ



1人分 492kcal 塩分2.0g

：サラダチキンの白菜のあんかけ 材料(2人分)  
サラダチキン1個、白菜1枚、にんじん3cm、  
調味料(水150cc、酒小さじ1、しょうゆ小さじ1、みりん小さじ1、  
おろし生姜小さじ1/2、片栗粉小さじ2、ごま油小さじ1)

作り方

- ①サラダチキンを食べやすい大きさに裂く。
- ②白菜をざく切り、にんじんは千切りにして耐熱容器に入れ、ラップをして600Wのレンジで3分加熱する。
- ③調味料を混ぜ合わせ②と和えてラップをして、600Wのレンジで3分加熱し、①にかける。

動画でも公開中



※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。また市ホームページにも掲載しています。

錬成館に空手競技用マット  
およびマット用運搬車を設置しました

スポーツくじ



私たちはスポーツ振興くじ助成を受けています。

独立行政法人日本スポーツ振興センターのスポーツ振興くじ助成を受け、錬成館に空手競技用マットおよびマット用運搬車を設置しました。

スポーツ振興くじ助成金は、スポーツ振興くじの販売の収益をもとに、地方公共団体やスポーツ団体が行うスポーツ振興を目的とした事業に対して助成が行われるものです。

問合 社会教育課スポーツ振興G ☎55-9428



## 😊 子どもの目

### ドキドキしたよ学習発表会

6月24日に学習発表会がありました。わたしの学年では、西遊記のげきをやりました。わたしはそご空が、かっこよくおもしろそうだなと思ったので、そのやくをやりました。

れん習は、本番の日まで毎日みんなといっしょにがんばりました。

本番の日は、お父さんお母さんおじいちゃんおばあちゃんが見に来てくれました。自分の番が近づいてくると、どんどんきんちょうして

きました。出番がきてぶ台に上がると、とてもドキドキしたけれど、れん習の時の様に動きを大きくしたり、せりふを大きな声ではっきりゆっくりと言ったりすることができたのでほっとしました。

学校から帰ると、家族のみんなから「上手だったよ」とほめてもらったのでとてもうれしかったです。

次の学習発表会は、小学生さいごの発表会なので、がんばりたいと思います。



蛭間小学校 3年  
いしはら  
石原ひかりさん

## 全国大会出場

### 日本音楽指導者協会 第37回ピアノコンクール全国大会 (兵庫県尼崎市)

いのやまこうすけ  
猪山晃佑さん(南小学校3年生・愛宕町)

出場種目 ピアノ



### 第38回わんぱく相撲全国大会 (東京都墨田区)

やまだじんと  
山田尋登さん(神島田小学校5年生・唐臼町)

出場種目 相撲



### エイジェックカップ 第51回日本リトルシニア 日本選手権大会(東京都新宿区)



てらもとりく  
◀ 寺本莉久さん  
(藤浪中学校2年生・北新開)

よしもりそうしん  
吉森爽心さん ▶  
(明豊中学校3年生・池麩町)

出場種目 野球



### 2023かごしま総文 (第47回全国高等学校 総合文化祭鹿児島大会) (鹿児島県奄美市)

うさみさくら  
宇佐美咲良さん  
(松陰高等学校3年生・唐臼町)

にわもえの  
丹羽萌乃さん  
(松陰高等学校3年生・柳原町)

出場種目 郷土芸能部門  
(和太鼓)

### 第58回全国高等専門学校体育大会 (ソフトテニス競技)(千葉県白子町)

にったはやと  
新田隼和さん  
(岐阜工業高等専門学校3年生・  
藤浪町)

出場種目 ソフトテニス



### 令和5年度全日本学生選手権大会(石川県能登町) (第77回文部科学大臣杯全日本大学対抗ソフトテニス選手権大会) (第78回三笠宮賜杯全日本学生ソフトテニス選手権大会)

かきみななみ  
垣見奈々美さん  
(大阪成蹊大学1年生・新開町)

出場種目 ソフトテニス

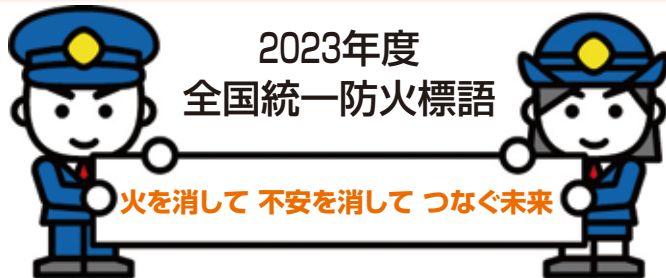


# 秋の 火災予防運動



## 秋季全国火災予防運動

11月9日(木)～15日(水)の7日間



問合せ 消防本部予防課設備G ☎23-0419

総務省消防庁では11月9日を「119番の日」としており、この日を含むその後の1週間を秋の全国火災予防運動の時期としています。

市民のみなさんの火災予防思想の一層の普及を図り、死者の発生を減少させるとともに、財産の損失を防ぐことを目的とした活動です。

### 住宅防火 いのちを守る

# 10

のポイント

#### 4つの習慣

- 1 寝たばこは絶対にしない、させない
- 2 ストープの周りに燃えやすいものを置かない
- 3 こんろを使うときは火のそばを離れない
- 4 コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

#### 6つの対策

- 1 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
- 2 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- 3 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは防災品を使用する
- 4 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
- 5 お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- 6 防火・防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

## つけて安心住宅用火災警報器

一般住宅でも住宅用火災警報器の設置が義務化されています。まだ設置されていない家庭は、大切な家族と自身のために住宅用火災警報器を設置しましょう。

### 鳴りますか、住宅用火災警報器

維持管理の確認ポイントは2つ

#### ①定期的な点検を!

ボタンを押すまたは紐を引いて定期的に点検しましょう。警報音とランプが付かなければ交換が必要です。

#### ②10年を目安に交換を!

設置後は、電池の消耗だけでなく感知センサー部分の機器寿命も含め10年を目安に本体すべての交換をお願いします。



### 補助金制度をご利用ください

市の65歳以上の「ひとり暮らし老人」登録を受けている方で、寝室に取り付ける「煙式」住宅用火災警報器1個につき購入費用の2分の1に相当する額(上限は3,000円)を補助します。

受付期限 令和6年3月29日(金)まで

### 取り付けも支援します

住宅用火災警報器の取り付けが困難な高齢者や障がい者世帯を対象に、消防職員がお宅を訪問し、無償で取り付けをお手伝いします。

**申込方法** 市ホームページから申請用紙をダウンロードしていただき、消防本部予防課へお申し込みください。申請書は消防本部でも用意しています。代理の方の申し込みも可能です。

問合せ 消防本部予防課設備G ☎23-0419





100年分の笑顔

23・9・1(金)  
市内住宅

9月18日の「敬老の日」を前に、満100歳のご長寿のお宅へ市長が訪問し、お祝いの言葉と記念品を贈りました。

今年満100歳を迎えられたのは、23人。この日市長が訪れたお宅のご長寿さんは、笑顔で普段の日課や好きな食べ物について教えてくださいました。

また、数え90歳の方には、市老人クラブ員と市職員が訪問し、記念品を贈呈しました。



渾身の1分30秒  
世界に届け!

23・9・21(木)  
市役所市長公室

愛知大学と津島市の連携事業で最優秀賞に選ばれた学生が市長を訪問し、活動報告を行いました。

本事業はSNSを使用して若年層に“ウケる”津島の魅力を伝える動画を制作する企画で、15人の学生が参加しました。最優秀賞作品は1分30秒の短い時間に津島の情報や若者目線での魅力がたっぷりと詰まった動画に仕上がっていました。**完成した動画はこちら**→



尾張津島秋まつり

9月30日(土)・10月1日(日)に開催されました



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

☎24-1111(代表)  
☎55-9584(ダイヤルイン)

ホームページから施設の所在地・電話番号が確認できます。

🌐 <https://www.city.tsushima.lg.jp>

「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。



# 大規模災害への備え

大災害の場合、救援物資が届くまでに時間がかかります。7日分程度の家庭用備蓄品が必要となります。

問合せ 危機管理課危機防災G ☎55-9594

## 防災対策チェックリスト 災害に備えて、ふだんから準備・点検しておきましょう。



### 命をつなぐために 用意しておきたい もの

#### 食品

7日分用意しましょう

- 飲料水  
(1人1日3リットルが目安)
- 保存がきく食品など



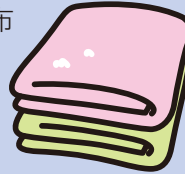
災害時はライフライン(電気、ガス、水道)が停止しますので、水と燃料(ガスボンベ)は、1人当たり7日分(水21リットル、ガスボンベ6本程度)を用意しましょう。食品は、主食(カンパン、米、インスタント麺など)+主菜(缶詰、レトルト食品など)を組み合わせると1人当たり7日分(21食)を用意しましょう。

#### 備蓄品

災害に備えて用意しておきたいもの

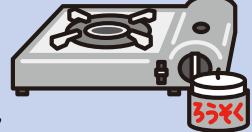
#### 衣類関係

- 毛布



#### 燃料

- コンロ
- 固形燃料
- ガスボンベ



#### 日用品



- 洗面用具
- スコップ
- ティッシュ
- ガムテープ(布製)
- 寝袋
- 使い捨てカイロ
- バケツ
- ロープ
- トイレットペーパー
- キッチン用ラップ
- ポリタンク
- 新聞紙

#### 食品関係

- なべなど
- 缶切り・栓抜き



#### 非常持出し品

避難する時にもっていくもの

#### 日用品

- 洗面用具
- 歯ブラシ
- ろうそく
- ビニール袋
- 携帯ラジオ
- 底の厚い靴
- ヘルメット、防災ずきん
- ライター、マッチ
- ビニールシート
- 乾電池
- 懐中電灯

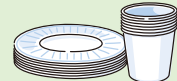
#### 衣類関係

- 下着・上着など
- 軍手
- タオル
- 雨具



#### 食品関係

- わりばし
- プラスチックか紙の皿やコップ



#### 貴重品



- 現金(小銭も)
- 預金通帳
- 印鑑
- 免許証などの身分証明書
- 健康保険証

#### 感染症対策用品

- マスク
- アルコール消毒液
- ハンドソープ
- 固形石けん
- 体温計
- 除菌シート



#### その他

- ミルク、ほ乳びん(赤ちゃんがいる場合)
- 生理用品
- 紙おむつ
- 応急医薬品
- 服用中の薬

