

なばり

2014年(平成26年) 4月27日発行

主な内容

- 2・3……がん検診委託医療機関一覧表、集団がん検診日程表
- 4・5……病院だより「きらり」 6……こども支援センターかがやき
- 7……ひまわり、国津の社の行事 8……二次救急実施病院

発行/名張市企画財政部広報対話室 〒518-0492 名張市鴻之台1-1 ☎0595-63-7402 ✉pr@city.nabari.mie.jp ㊚http://www.city.nabari.lg.jp



健康支援室
保健師 獅子原 名都子

自分にあった受診方法を選んでください。

変更 1 胃がん検診は、バリウムかカメラかを選べます。

医療機関で、バリウム検査か内視鏡検査(胃カメラ)かを選んで受られます。集団がん検診は従来どおりバリウム検査です。



変更 3 肺がん検診が医療機関で受けられます。

集団がん検診のみだった肺がん検診が、今年度からは医療機関で受けることができます。

変更 4 昨年、集団がん検診を受診した人は、申込不要です。

平成25年度集団がん検診を受診した皆さんには、検診日を指定したご予約個別通知を発送しました(4月18日発送)。ただし、公民館・市民センター会場のものは除きます。

日時や検診項目の修正・追加・キャンセルは「がん検診予約専用電話(☎69-8200)」へご連絡ください。

変更 2 乳がん検診が市内の医療機関でも受けられます。

市外受診機関(三重県健康管理事業センター、グランソール奈良)に加えて、市内の寺田病院と市立病院で受けることができます。

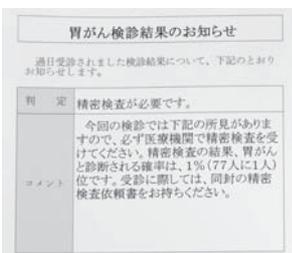
検診項目や受診医療機関が増えました。

市のがん検診が変わります!

がんは完全に予防することが難しく、早期発見・早期治療に尽きると言われており、がん検診が重要です。市では、平成26年度から検診項目や受診医療機関を追加するなど、検診の充実を図ります。

今号では、がん検診の変更点をお伝えします。また、昨年がん検診を受診し、胃がんが見つかり治療をした古川高志さんにお話を伺いました。

☎健康支援室 ☎63-6970



胃がん検診結果通知

胃がん検診結果のお知らせ
通り受診されました検診結果について、下記のとおりお知らせします。

精査	精密検査が必要です。
コメント	今回の検診では下記の所見がありますので、必ず医療機関で精密検査を受けてください。精密検査の結果、胃がんと診断される確率は、1%(77人に1人)位です。受診に際しては、同封の精密検査依頼書をお持ちください。

昨年9月29日に検診を受け、1ヵ月後に検査結果が届きました。結果は「要精密検査」。通知には、「胃がんと診断される確率は1%位です」と書かれており、すぐに市内の病院で検査を受けました。胃潰瘍が2カ所

がん検診で助けられた命。検診や治療の大切さを伝えたい。



つつじが丘・春日丘地域ビジョン推進委員会
副委員長 古川 高志さん

※つつじが丘・春日丘地域は、地域ビジョンの実施計画に、健康教室やがん検診の実施などを盛り込み、健康づくりを推進しています。

つつじが丘地域では、市と協力してがん検診をつつじが丘公民館で年1回開催しています。地域の皆さんに参加を呼び掛ける一方で、わたし自身も検診を受診しました。

昨年9月29日に検診を受け、1ヵ月後に検査結果が届きました。結果は「要精密検査」。通知には、「胃がんと診断される確率は1%位です」と書かれており、すぐに市内の病院で検査を受けました。胃潰瘍が2カ所

早期とは言い切れませんが、自覚症状がないときに見つけることができ、主治医も「がん検診を受けたことがよかった」と話してくれました。

がん検診を受けていなければ、そして、精密検査に行くことが遅ければ、もっとがんが進行していたでしょうし、検診が命を助けてくれました。

これから私自身が経験したことを、地域の皆さんに伝え、がん検診受診や治療の大切さを訴えていきます。

医療機関でのがん検診

健康支援室 ☎63-6970

実施期間 6月2日(月)～11月29日(土)

(大腸がん検診は11月25日(金)終了) 11月は医療機関が混みます。早めに受けましょう。

元気なうちから
がん検診
自分自身のために、そして家族のために

検診項目	医療機関でのがん検診						
	胃がん検診	大腸がん検診	子宮頸がん検診	前立腺がん検診	肺がん検診	乳がんマンモグラフィ検診	
対象 住民票が 名張市の人	40歳以上 昭和50年3月31日までに生まれた人		20歳以上 平成7年3月31日 までに生まれた人	55歳以上 昭和35年3月31日 までに生まれた人	40歳以上 昭和50年3月31日までに生まれた人		
内容	●胃レントゲン 撮影 (バリウム) ●問診	●胃カメラ ●問診	●便潜血検査 (2日間採便し 提出) ●問診	●内診、細胞診 ●問診 ※子宮がん検診 は医師が必要と 認めた場合 3000円	●血液検査 ●問診	●胸部レントゲン 撮影 ●問診	●マンモグラフィ 検診 ●視触診 ●問診
自己 負担金	3,800円	5,100円	1,200円	1,800円	1,000円	1,300円	市内医療機関 …2,000円 市外医療機関 …1,600円
受診方法	事前予約が必要な医療機関には電話でご予約ください。検診結果は受診した医療機関から郵送されます。 必ず健康保険証を持って、直接下表の医療機関で受診してください。 検診票は、下表の医療機関、市役所1階 健康支援室、まちの保健室にあります。 同一年度内に同じ項目の検診を受けることはできません。					検診票は医療機関にあります。	

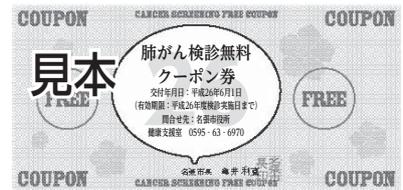
委託医療機関一覧表

診療時間などは医療機関でご確認ください。

※は要予約

医療機関名	住所(電話番号)	胃がん		大腸がん	子宮頸がん	前立腺がん	肺がん	乳がん
		バリウム	カメラ	がん	がん	がん	がん	がん
赤目養生診療所	赤目町文六(64-1055)			○		○	○	
東 整形 外科	桔梗が丘(65-2130)					○		
上 坂 内 科	赤目町文六(64-8211)			○※		○※	○※	
う え な み 内 科	鴻之台(63-9321)			○※		○※		
う だ 内 科	平尾(64-1662)	○※		○		○※	○※	
お お ふ ち 医 院	梅が丘(62-7800)			○		○	○※	
釜 本 医 院	木屋町(63-0345)	○※	○※	○	○※	○	○	
かも内科消化器科	桔梗が丘(66-1190)		○※	○		○	○	
喜 多 医 院	桔梗が丘(65-2088)		○※	○		○	○※	
木 野 整 形 外 科	桔梗が丘(67-1515)					○		
こもりクリニック	つつじが丘(68-8555)			○※		○※	○※	
すぎのクリニック	鴻之台(62-1700)					○		
卓 山 医 院	桔梗が丘(65-0001)			○	○	○		
武田産婦人科	鴻之台(64-7655)				○			
寺 田 病 院	夏見(63-9001)	○※	○※	○		○		○※
中西内科医院	桔梗が丘(65-0586)			○		○		
名張市立病院	百合が丘(61-1100)							○※
信 岡 医 院	桔梗が丘(65-0023)			○		○		
橋本胃腸科内科	蔵持町里(61-3366)	○※	○※	○		○	○	
藤本産婦人科	平尾(63-0995)				○			
ほりいクリニック	百合が丘(61-1231)			○		○		
堀 井 内 科	桔梗が丘(65-5355)	○※	○※	○		○	○	
前沢整形外科	桜ヶ丘(63-1008)					○		
榊 田 医 院	新町(63-3155)	○※		○		○	○	
森 岡 内 科	丸之内(63-0003)			○		○	○	
矢 倉 医 院	新田(65-2251)	○※		○		○	○	
やすだクリニック	鴻之台(61-2332)			○		○	○※	
山 尾 医 院	つつじが丘(68-1055)	○※		○		○	○	
湯 村 内 科	松崎町(61-1212)	○※	○※	○		○	○	
百合が丘クリニック	百合が丘(64-2000)	○※		○		○		
わたなべ整形外科医院	東町(64-1115)					○		
黒田クリニック	伊賀市桐ヶ丘(52-2099)		○※	○		○	○	
城 医 院	伊賀市別府(52-0017)			○		○		
グランソール奈良	奈良県宇陀市(0745-84-9333)							○※
三重県健康管理事業センター	津市観音寺町(059-228-4502)							○※

5月下旬、節目年齢の皆さんに郵送がん検診無料クーポン



市では、節目年齢の皆さん(下記表参照)にがん検診を無料で受けることができるクーポンを5月下旬に郵送します。無料クーポンが届いたら、ぜひ受診してください。

※対象者が6月になっても、クーポンが届かないときは、健康支援室へお問い合わせください。



肺がん・胃がん・子宮頸がん・大腸がん・乳がんマンモグラフィ検診

年齢	生年月日
40歳	昭和48年4月2日～昭和49年4月1日
45歳	昭和43年4月2日～昭和44年4月1日
50歳	昭和38年4月2日～昭和39年4月1日
55歳	昭和33年4月2日～昭和34年4月1日
60歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日

子宮頸がん検診

年齢	生年月日
20歳	平成5年4月2日～平成6年4月1日
25歳	昭和63年4月2日～平成元年4月1日
30歳	昭和58年4月2日～昭和59年4月1日
35歳	昭和53年4月2日～昭和54年4月1日

集団がん検診

5月13日(火)電話受付開始

予約専用電話

☎ 69-8200

集団がん検診の予約は専用電話のみで受付します。

※市役所や保健センターでは予約できません。

予約時に次の項目をお聞きしますので、準備してからお電話ください。

▼氏名 ▼生年月日 ▼住所

▼電話番号(日中の連絡先)

▼希望検診項目

▼希望検診日・受付時間枠(A・B・C)

▼無料クーポンの有無

※受付は、土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分。申込開始当初は電話が大変混み合います。

※定員のある項目は先着順

※日時や検診項目の変更なども予約専用電話へ

対象 名張市に住み票がある対象年齢の人(現在すでに気になる症状がある場合は、医療機関で受診してください)

◎胸部検診(肺がん・結核)は左表以外にも9月から各地域を巡回予定。予約不要。詳しくは9月に発行する「広報なばり」でお伝えする予定です。

◎市民税非課税世帯、生活保護世帯の人は、申立書の記入により自己負担金が免除されます。

◎検診日の1週間から10日前ごろに検診票を事前に郵送します。

☎ 健康支援室 ☎ 63-6970

<ご注意>

●胃がん検診…胃や大腸の手術をした人や支えなしで立てない人は、集団によるがん検診は受診いただけません。

●乳がん検診…授乳中の方は乳がんエコー検診を受診してください。

●子宮がん検診…6ヵ月以内に不正出血、月経異常、褐色のおりものなどの症状がある場合は、医療機関で受診してください。

●肺がん検診の喀痰検査は、問診の結果次の条件を満たす人のみ実施します。

▼50歳以上の人(昭和39年3月31日までに生まれた人)

▼喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上

▼6ヵ月以内に血たんのあった人

▼朝一番に水分を摂取する前に痰がでる人

検診項目		胸部検診 (肺がん・結核)	胃がん	大腸がん	乳がん マンモグラフィ	乳がん エコー	子宮頸がん	
各日の定員		なし	各枠25人	なし	A・B枠各20人 C枠40人	A・B枠各20人 C枠40人	60人	
対象年齢(平成27年3月31日現在の年齢)		40歳以上	40歳以上	40歳以上	40歳以上	20歳以上	20歳以上	
受診間隔		年度内1回受診				2年に1回の受診(昨年度受診していない人) ※医学的観点より2年に1回の受診が推奨されています		
検診の内容		胸部レントゲン撮影	バリウムを飲んでレントゲン撮影	2日間採便し、提出	乳房レントゲン	超音波検査	細胞診	
自己負担金		400円 ※喀痰検査1,000円	1,100円	900円	1,500円	1,000円	1,000円	
日 程	会 場	受付時間枠						
6月	30日月	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	2日水	A・B	○	○	○	○	○	
7月	10日水	A・B	○	○	○	○		
		C						
	16日水	A・B	○	○	○	○		
		C						
	24日水	A・B	○	○	○	○		
27日水	A・B	○	○	○	○	○		
8月	1日金	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	4日金	A・B	○	○	○	○		
		C						
9月	8日金	A・B	○	○	○	○		
		C						
	12日金	A・B	○	○	○	○		
		C						
	17日水	A・B	○	○	○	○	○	
19日金	A・B	○	○	○	○	○		
10月	21日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	24日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	25日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	29日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	11月	2日水	A・B	○	○	○	○	○
			C					
6日水		A・B	○	○	○	○	○	
		C						
9日水		A・B	○	○	○	○	○	
		C						
14日水		A・B	○	○	○	○	○	
		C						
16日水	A・B	○	○	○	○	○		
	C							
12月	18日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	23日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	25日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	26日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	29日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
12月	4日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	6日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	10日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	13日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	15日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
20日水	A・B	○	○	○	○	○		
	C							
26日水	A・B	○	○	○	○	○		
	C							
28日金	A・B	○	○	○	○	○		
	C							
30日水	A・B	○	○	○	○	○		
	C							
12月	1日水	A・B	○	○	○	○	○	
		C						
	6日水	A・B	○	○	○	○	○	
C								
8日水	A・B	○	○	○	○	○		
	C							

受付時間枠 A…午前9時～10時 B…午前10時～11時 C…午後1時～2時30分

名張市立病院だより

きらり

No.26

発行/名張市立病院
〒518-0481
三重県名張市百合が丘西1-178
☎ 0595-61-1100(代表)
FAX 0595-64-7999
✉ hp-somu@city.nabari.mie.jp
名張市立病院 検索



小児救急の受診方法

患者 (対象は15歳※中学生まで)

相談

みえ子ども医療ダイヤル
(☎#8000)
子どもの急病やケガの無料相談
(毎日午後7時30分~11時30分)

【一次医療機関】

▼市内の医療機関
(かかりつけ医など)
▼市応急診療所

救急車による
搬送



紹介

安心できる
24時間
365日対応

【二次医療機関】 ※入院などが必要な重篤患者

市立病院「小児救急医療センター」

【三次医療機関】 ※二次医療機関で対応が困難な重篤患者

大学病院などの高度医療を行う医療機関

名張市立病院では、平成26年1月20日から、「小児救急医療センター」を開設し、24時間365日の小児二次救急医療を行っています。
受入対象 市内の医療機関や市応急診療所からの紹介患者で、入院など二次救急医療を必要とする15歳以下(中学生以下)の子ども
○一次医療機関や市応急診療所が診療していない時間外の救急は、事前に市立病院に電話連絡いただき

症状などをお聞きします。
○けがや事故など外科系疾患は救急当番病院での受診となります。
○症状により、救急当番病院や三次医療機関に再搬送する場合があります。
コンビニ受診・脚注とならないようご理解・ご協力をお願いします。
まずは、市内の医療機関や応急診療所を受診ください。

「小児救急医療センター」開設



「脳ドック検診」・「肝胆膵がん検診」 を受診しませんか

□ 脳ドック検診

検査日 毎週火曜日・金曜日
検診費 29,370円(税込み)

□ 肝胆膵がん検診

MRIを用いた肝臓、胆道、膵臓に特化した検診
検査日 毎週水曜日
検診費 27,030円(税込み)



申込 地域の医療機関を通じて予約いただくか、直接電話でお問い合わせください。 ※いずれの検診も、後日、診察のため、ご来院いただきます。

☎ 市立病院予約変更担当 ☎ 61-1344



入院診療費の計算方法が 変わります

当院は、平成26年4月1日、厚生労働省から「診断群別定額払い方式(DPC)対象病院」の認可を受けました。これは、医療の標準化と質の向上を図るために一定の基準を満たした病院に適用されるものです。

このことにより、入院診療費の計算方法がこれまでの「出来高方式」から「定額払い方式」へ変更となりました。

☎ 市立病院事務局医事室
☎ 61-1100



ナースインタビュー 「感染管理」

手術室

師長 城村 裕一



私は昨年度、感染管理認定看護師の資格を取得しました。感染管理認定看護師には、疫学、微生物学、感染症学、消毒と滅菌、関係法規などに関する最新の知識を基盤に、各施設・各地域の状況に合った効果的な感染管理を行うことが期待されています。

他の分野の認定看護師との違いは、保健医療施設における人だけでなく、地域住民など全ての人を感染から守る活動で、病気の人だけでなく元気な人も対象になるということです。特に、流行性疾患(インフルエンザや感染性胃腸炎ノロウイルスなど)の患者様が入院したときなどには、いかにして他の人にうつらないようにするのか、予防策などの指導を行うとともに、感染制御チームの1人としてその予防策が正確に守られているかなど、院内を巡回して確認することも私の役目です。

※認定看護師…日本看護協会がある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有すると認められた看護師。水準の高い看護を実践し、看護職に対しては、指導・相談を行う。

(注) コンビニ受診…緊急性の低い軽症患者が、休日や夜間の救急外来を受診すること



脳神経外科医師
河合 寿謔

1月、市立病院に着任いたしました。

脳神経外科では、くも膜下出血や脳出血といっ

た脳血管障害、脳腫瘍、頭部外傷などを主体として脳神経外科疾患の治療に対応しています。また、脳卒中の予防に対する知識の普及、早期リハビリテーションによる機能回復などを通じて患者様の健康と社会福祉にも貢献したいと考えています。当院では脳ドックなどの検診を行っていますので、脳神経外科疾患に関することならお気軽にご相談ください。

名張をはじめとする伊賀地域の医療に貢献できるように日々努力していきたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願いたします。



内科部長
平井 拓

1月から市立病院に内科医として勤務させていただいています。大学卒業後、主に京都、神戸、奈良と関西圏で循環器内科を専門に診療していました。

神戸では、ちょうど当院と同規模の市民病院で勤務していましたが、まだ震災の爪痕が残っている時期でもあり、当時を経験したスタッフや患者様から震災直後のお話をいろいろ聞かせていただきました。病院自体も被災したため、その再起動の時期でもありましたが、その際にあらためて地域医療の大切さ、そして大変さを実感しました。

微力ながら名張・伊賀地域の医療に貢献したいと思っておりますので、よろしくお願いたします。

このたび、内科と脳神経外科に新しい医師が着任しましたので、ご紹介いたします。

**新しく医師が
着任しました。**

外来診療担当表

平成26年4月1日現在

		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科 ・ 循環器内科	第1診	伊藤	常岡	伊藤	常岡	●坂井		●我山		伊藤	
	第2診	●坂井		●白木		●佐々木 賢		●平井		●久保田	
	第3診	●山中		●渡邊		●和田		●御前		●加藤	
	第4診	●北村	和田	●竹村	福岡・大屋	山中		坂井		渡邊	
	第5診	平井	高村	高村							岡本紳也
		加藤(※1)		御前(※1)		我山(※1)		山中(※2)		我山(※2)	
						久保田(※3)		佐々木賢(※1)		●福岡・大屋(※7)	
専門外来	腎臓内科					堅村(※4)					
	神経内科							佐々木良元(※4)			
	糖尿病外来									堀田(※1)	
	泌尿器外来	西川(※3)									
	呼吸器内科							熊本(※5)			
外科	第1診	●山村				●坪内		●福浦		●川嶋	
	第2診	坪内		●山村		竹内		川嶋		甲嶋	
	第3診										
専門外来	乳腺外来			中村	中村						
脳外科	第1診	●井田		●井田		●小谷				●河合	
	第2診										
整形外科	第1診	●園田		●中瀬		●中瀬		●大井		●園田	
	第2診	大井		園田		大井		園田		中瀬	
	第3診										
小児科	第1診	●須藤博明 (予約外来)	須藤博明 (予約外来)	●小林	岡本一章 (予防接種)	●須藤博明	須藤博明、呂 (予防接種・健診)	●高村	岡本一章	●小林	呂 (予約外来)
	第2診	●須藤京子 (アレルギー予約外来)	須藤京子 (アレルギー予約外来)	須藤京子 (アレルギー予約外来)			須藤京子 (アレルギー予約外来)	●岡本一章		●呂	
	第3診			呂			須藤博明 (乳児検診)				
専門外来	発達支援外来				小林(※6)			小林(※6)	小林(※6) (2・4週のみ)		
眼科	第1診	●子安		●子安	子安	●子安		●子安	子安	●生杉	生杉(予約のみ)

●…初診外来 (※1)診察室は外科3診 (※2)診察室は脳外科2診 (※3)診察室は小児科3診 (※4)診察室は内科5診 (※5)診察室は脳外科1診 (※6)診察室は救外小児科 (※7)診察室は整形外科3診

受付時間

<予約のない人> 受付時間 午前8時30分～午前11時30分

- 内科、循環器内科、腎臓内科、糖尿病外来は、医師の紹介状をご持参ください。
- 神経内科、泌尿器科、呼吸器内科、乳腺外来、小児発達支援外来は、事前予約を必要とする完全予約制です。
- 小児科のみ木曜日午後1時30分～午後4時も受付

<予約のある人> 午前8時から予約終了時刻まで

保険証などは

保険証・受給者証などは、月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。



パソコンからは…

名張市立病院

検索

<http://www.nabari-city-hospital.jp/>

子育て中の皆さんの強い味方 「かがやき」へ行こう!

子育ては、楽しいものですし、子どもへの愛情も深まりますよね。でも、成長が遅いことに不安を感じたり、急な発熱に驚いたり、子どもと一緒にいることで息がつかまったりすることもあるのでは…。

そんなときは、「かがやき」にぜひお越しください。かがやきでは、親同士のコミュニケーションの場を設けたり、育児についての悩みを聞いたり、さまざまな子育て支援を行っています。

☎ こども支援センターかがやき(桔梗が丘西3-3-107) ☎ 67-0250



はじめて広場

毎月第2金曜日 午前10時30分～11時30分

はじめて親になるパパやママや、「かがやき」を利用したことがない人は、まずは、「はじめて広場」に気軽に参加して、「かがやき」がどんなところか知ってください。

サタパパ広場

毎月第1土曜日 午前10時30分～11時30分

父親と子どもの交流の場です。日ごろ、子どもと遊ぶ時間をとれない、どう触れ合ったらいいのかわからないというお父さん、ぜひご参加ください(次回は6月7日☎)。

親子で遊ぼう

◎不定期開催。広報なばり毎月第4号でお知らせ

工作やミニコンサートなどのイベントを毎月開催しています。ボランティアや、「かがやき」利用者の皆さんなどが、催しを企画・開催することも多く、趣向を凝らした催しに親子も大喜びです。



野菜スタンプ作り

そのほかの催し

◎開催時間など詳しくは、問い合わせ先へ

- こんにちは広場 第4木曜日
- シングルマザーの集い 第4土曜日
- 絵本の時間 毎週火曜日、第1木曜日
- ふれあい遊び 毎週水曜日
- 健康相談 第3木曜日 など

こども支援センター かがやき 催物

◆はじめて広場
5月9日☎
午前10時30分～

◆親子で遊ぼう
「手形でこいのぼり」
5月1日☎ 午前10時45分～

「かがやきコンサート」
「おきもっちゃん」による歌とパネルシアター
5月24日☎ 午前10時45分～

◎いずれも参加無料。事前申込不要

ゴールデンウィーク中の休み
4月27日☎・28日☎・29日☎・5月3日☎
・4日☎・5日☎・6日☎ ※5月7日☎は開館

かがやき大好き!
ならさき ゆうか
橋崎 悠加ちゃん
(上八町)

かがやき 利用案内

利用できる人 市内在住で、乳幼児の親子や18歳以下の児童・生徒
開館時間 午前9時30分～午後5時
休館日 日・月曜日、祝日(月曜日が祝日のときは翌日休館)、年末年始

地域の広場

「かがやき」だけでなく、公民館・市民センターなどの施設を利用しながら、地域の人たちが集い、親子が気軽に遊べる広場が実施されています。「地域の広場」は、民生委員・児童委員、区長、ボランティアなどの皆さんの協力によって支えられています。

◎開催日は変更になる場合があります。
◎保育所(園)、幼稚園でも広場を開催しています。詳しくは、各保育所(園)、幼稚園またはこども支援センターかがやき(☎ 67-0250)へ

「子育て応援サイト」を公開中
※市ホームページからご覧いただけます。

広場名	場所	開催日時(原則)
さつきっ子広場	さつき台第2集会所	第3木曜日 午前10時～11時30分
百合が丘つどいの広場	百合が丘東第3集会所	第2・4・5金曜日 午前10時～正午
スキップ広場	百合が丘市民センター	第2火曜日 午前10時～正午
おじゃまる広場	つつじが丘公民館	月2・3回 火曜日 午前10時～11時30分
くらっこ広場	蔵持公民館	第2水曜日・第4木曜日 午前10時～11時30分
わいわい親子の広場	梅が丘市民センター	第1金曜日 午前10時～正午
ききょうなかよし広場	桔梗が丘公民館	第3火曜日 午前10時～11時30分
きらきら広場	中央ゆめづくり館(鴻之台)	第1・3木曜日 午前10時～11時30分
忍たま広場	赤目公民館	第4水曜日 午前10時～11時30分
みはたっこ	美旗市民センター	第3水曜日 午前10時～11時30分
スマイリーキッズ&池ママ会	池の台集会所	第3金曜日 午前10時～正午・土曜日 不定期
マーヤにこここ広場	妙典寺会館(元町)	第1・3金曜日 午前10時～11時30分
すずらん台なかよし広場	すずらん台市民センター	第1金曜日 午前10時～11時30分
すずらん台ちびっこクラブ	すずらん台東集会所	第2・4木曜日 午前10時30分～正午
チャイルドサークルひまわり	南富貴ヶ丘集会所	第1・3・4水曜日 午前10時～11時30分
箕曲ももちゃん広場	箕曲公民館	第4火曜日 午前10時～11時30分

※「スマイリーキッズ&池ママ会」は池の台地区、「すずらん台ちびっこクラブ」はすずらん台地域、「箕曲ももちゃん広場」は箕曲地域、第2水曜日の「くらっこ広場」は蔵持地域を対象。「チャイルドサークルひまわり」は主に比奈知、富貴ヶ丘、滝之原地区を対象

「体験学習」

私は、数年前に病気を患い、入院治療とリハビリ、さらに自宅療養と、はじめて長期の傷病休暇を経験しました。

病気をきっかけに、それまで一日に一箱程度吸っていたタバコを止めました。

それまでも、妻からは幾度となく禁煙を勧められていたのですが、「本数を減らす」「軽いタバコに替える」「部屋や車では吸わない」揚げ句は「自己責任で吸っている」など、なんだかんだ言いながら禁煙できずにいました。むしろ、禁煙する気がなかったと言った方がいいかもしれません。

結局、喫煙が原因の大きな部分を占めると言われる病気になる、入院と同時に禁煙することになったわけです。「体に悪いのを承知で吸っているんだ」なんてよく言ったものだとは反省しています。

自分や周囲の健康への影響など、いずれも私の喫煙という行為から生まれる問題です。自分自身が当事者であるのに、そのことにきちんと向き合えなかったのです。病気という命に関わる状況になって初めて、「タバコと健康」が自分自身の問題だと実感することができたのです。



～人権尊重をくらしのなかに～
◎意見は人権・男女共同参画推進室(☎63-7909)へ

ある問題に関わって、実際に体験することが、他人事ではない自分自身の問題として主体的に取り組むきっかけになるのです。

自らの不摂生で病気になっていながらこんなことを言うのもどうかと思いますが「自分にとって、あの病気は究極の体験学習だったのかなあ」などと考えてしまっています。もちろん回復したから言えることですが、こんな体験はしないに越したことはありません。

ただ、あれ以来、自分や周りの人の健康には、人一倍真剣に向かっています。

学校教育、社会教育を問わず、参加型学習、体験型学習が積極的に取り入れられています。学習者が講義形式で受身的に学習するだけでなく、互いに討議したり、教え合ったり、さまざまなことがらを体験することを通して、自ら課題を見つけ出し、その解決を図っていくこととする学習スタイルで、人権問題や多文化共生、環境問題、まちづくり活動などの学習方法として定着してきています。



国津の杜の行事
 ☎はぐくみ工房あららぎ ☎62-6920

コーンスターチ粘土教室
 花の飾り棚と多肉植物を作りますよ。

日時 5月27日(木)午前9時30分～正午
 講師 武田 裕子さん 定員 10人 ※先着順
 参加費 1,000円(材料費含む)
 持ち物 エプロン、タオル
 申込 4月28日(木)から5月16日(木)までに、
 電話で問い合わせ先へ
 ※参加者が少ない場合は中止

リバーナホール催物
 [イオン名張店3階] 5月
 ☎ 商工経済室 ☎ 63-7824

名張写真友クラブ 写真展
 日時 5月30日(金)～6月1日(日)
 午前10時～午後6時(最終日は5時まで)
 主催 名張写真友クラブ

リバーナホール利用のご案内
 使用用途 展示・発表会・会議・研修会など
 使用時間 午前10時～午後10時
 ◎詳しくは、お問い合わせください。

なせ宿 催し
 ☎ 旧細川邸 やなせ宿 ☎ 62-7760 月曜休館

やなせ宿ハンドクラフト教室
 日時 5月10日(土)午前9時～正午
 内容 シャドーボックス作り
 講師 本間 眞佐子さん、本間 正二郎さん
 参加費 1,500円 定員 15人程度 ※先着順
 申込 5月6日(木)午後5時までに、電話で問い合わせ先へ ※参加費には材料費を含む

「家庭的保育者・家庭的保育補助者」を募集

保育士の自宅などで、3歳未満児の保育を行う家庭的保育者・家庭的保育補助者を募集します。
 応募期限 5月2日(日)
 ◎応募要件など詳しくは、問い合わせ先へ
 ☎ 保育幼稚園室 ☎ 63-7919

「認知症の人と家族の会」伊賀地区つどい・交流会開催

認知症を介護する家族の情報交換や近況報告の場
 日時 5月27日(木)午後1時30分～4時
 場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
 参加費 200円 ※認知症の人は無料。家族の会会員は100円
 ◎申込不要。認知症の人が参加する場合は、事前に問い合わせ先へ
 ☎ 地域包括支援センター ☎ 63-7833

「認知症ケアに関する講演会」を開催 ◎入場無料。申込不要

日時 5月17日(土)午後1時30分～3時30分
 場所 武道交流館いきいき(蔵持町里)
 演題 認知機能が低下するのは当たり前 その時の対応次第で認知症発症！～認知機能が低下しても困らない街作り～
 講師 片山 禎夫さん(川崎医科大学神経内科特任准教授)
 ☎ 地域包括支援センター ☎ 63-7833

「第29回そよ風コンサート」を開催 ◎入場無料。申込不要

市内の音楽グループによる合同コンサート
 日時 5月11日(日)午後1時30分開場
 場所 アドバンスコープADSホール(松崎町)
 ☎ 名張文化協会「そよ風コンサート実行委員会」(佐藤) ☎ 61-0456

「市民文化オンステージ2014」参加者募集

開催日 10月18日(土)(キッズステージ) 19日(日)(一般ステージ)
 場所 アドバンスコープADSホール(松崎町)
 対象 市内在住または在勤の人で構成されていて、舞台上で発表するにふさわしい文化活動(演奏・演技など)に取り組んでいる団体
 ※2人以上で常時活動・練習をしていること
 参加費 1団体5,000円
 出演時間 8分以内 ※出入りの時間を含む
 申込 6月5日(木)から20日(木)までに(月曜日休館)、アドバンスコープADSホールに備え付けの申込書を同窓口へ
 ※申込書は、市ホームページからも出力可。希望者には申込書を送付します。

☎ アドバンスコープADSホール ☎ 64-3478

全国一斉「あそびの日」キャンペーン 名張市レクスポフェアを開催

日時 5月6日(日)午前9時30分～午後3時
 場所 総合体育館、陸上競技場ほか(夏見)
 内容 親子、家族、友達同士で楽しめるウォークラリーや、ニュースポーツ体験&ミニ大会
 ▼ウォークラリー大会
 参加費 200円(1人/当日徴収/参加賞あり)
 申込 5月2日(木)までに、総合体育館に備え付けの申込用紙に必要事項を書いて同窓口へ
 ▼ニュースポーツ体験&ミニ大会
 種目…ソフトバレーボール、ファミリーバドミントン、ターゲット・バードゴルフ、フリーピンポン、グラウンドゴルフ、ペタンクなど ※下線種目はミニ大会を開催
 ◎参加無料。事前申込不要 ※ミニ大会は参加費をいただきます(当日徴収)。
 持ち物 運動のできる服装、飲み物など
 ☎ 名張市レクリエーション協会事務局(南田) ☎ 090-8420-3304

市役所では5月1日(木)～10月31日(木)まで「クールビズ」を実施します。地球温暖化対策のため、冷房稼働時は室温を28℃に設定し、ネクタイを外す、上着を着用しないなど軽装で仕事に取り組みます。ご理解をお願いします。☎ 環境対策室 ☎ 63-7492

次号予告
ボランティアを始めよう!

伊賀地域二次救急実施病院

5月

健康福祉政策室
☎63-7579

実施時間帯

- ◆平日…午後5時～翌日午前8時45分
- ◆土・日曜日、祝日…午前8時45分～翌日午前8時45分
- ※ただし、岡波総合病院は、月曜日…午後5時～翌日午前9時/第2・4日曜日、祝日…午前9時～翌日午前8時45分
- ◆平日昼間午前8時45分～午後5時は、名張市立病院で二次救急を実施

日	月	火	水	木	金	土
				1名	2上	3名
4名	5岡	6名	7名/岡	8名	9上	10上
11岡	12岡	13上	14名/岡	15上	16上	17名
18名	19岡	20名	21名/岡	22名	23上	24上
25岡	26岡	27上	28名/岡	29名	30上	31名

- 受け入れ対象は、重症患者です。
- 重症患者が重なるときは、受け入れできない場合があります。
- 名張市立病院小児科では、24時間365日小児二次救急の対応をしています。受入対象は重症患者です。

◆救急車での搬送以外は必ず事前にご連絡ください。
名…名張市立病院 (☎61-1100)
上…上野総合市民病院 (☎24-1111)
岡…岡波総合病院 (☎21-3135)

▼三重県救急医療情報センターコールセンター
…24時間体制で受診可能な医療機関を紹介します。
☎64-1199

▼みえ子ども医療ダイヤル
…子どもの急病やケガの無料相談 ☎#8000

◎相談時間が延長されました。
相談時間 毎日午後7時30分～翌日午前8時

◎救急車の適正利用をお願いします。

「理想郷プラン」にかかわる 市民意識調査にご協力ください

市では、年に一度、市民意識調査を行っています。これは市民の皆さんのご意向や考え方を調査し、市政へ反映させるためのものです。ご協力をお願いします。

対象 20歳以上の市民のうち、無作為に抽出した2,030人

回答期限 5月15日

◎対象者に調査票を郵送します。

☎総合企画政策室 ☎63-7389

歯科衛生士による 「歯磨き指導」参加者募集

日時 5月12日(月) 午前10時～正午

場所 こども支援センター

かがやき(桔梗が丘西3)

対象 1歳以上(歯が生えている)の子どもと保護者

定員 20組 ※先着順

持ち物 子どもが毎日使っている歯ブラシ

◎参加無料

申込 4月30日(日)から5月9日(金)までに(午前9時30分～午後5時。日・月曜日、祝日は休館)、電話で問い合わせ先へ

※託児が必要な場合は同時申し込み(先着10人)

☎こども支援センターかがやき ☎67-0250



名張公民館講座 参加者募集

■なばりまちなか歴史講座

「名張城下まちの今昔」

日時 6月11日～平成27年3月4日 原則毎月
第2水曜日。全10回 午後1時30～3時30分

※開催日を変更する場合があります。

講師 松鹿 昭二さん(前名張市教育委員会委員)

対象 市内在住の人 定員 30人

■機能回復・アロマストレッチ講座

日時 5月26日、6月9日・23日、7月14日・28日 全て月曜日。全5回 午前10時～11時

対象 市内在住の女性 定員 20人

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット(なければバスタオル)

■元気で若返るメンズ講座

メタボ予防、機能回復、転ばない体づくりなど

日時 6月16日(月)・30日(月) 午前10時～11時

対象 男性 定員 20人

持ち物 汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット(なければバスタオル)

◇ ◇ ◇ ◇ ◇

場所 名張公民館

※歴史講座は3回現地見学を実施

申込 5月8日(日)までに、電話で問い合わせ先へ

◎参加無料。申込多数の場合は抽選

☎名張公民館 ☎64-2605

桔梗が丘公民館連続講座 「再発見!日本のこころ」

日時/内容(テーマ)/講師

▼第1回 5月11日(日) 午後1時30分～3時/

知られざる古事記の魅力/斎藤 英喜さん(佛教学教授)

▼第2回 6月8日(日) 午後1時30分～3時/

教科書で読み解く古今の名作～声に出して読もう文豪の作品～/河原 徳子さん(日本文学研究者)

▼第3回 8月3日(日) 午後7時～8時30分/

講談で楽しむ怪談/旭堂 南陽さん(講談師)

▼第4回 8月8日(金)～18日(月) 午前9時～午後5時(初日午後1時から、最終日正午まで)/

みえ熊野の情景スケッチコンテスト入賞・入選作品展

▼第5回 8月9日(土) 午後1時30分～3時/

熊野古道へのいざない/川口 有三さん(熊野古道語り部)

▼第6回 11月15日(土) 午後1時30分～3時/

雅楽「源氏物語のうたまい」(仮題)/佐藤 浩司さん(天理大学教授、天理大学雅楽部)

▼第7回 12月6日(日) 午後1時30分～3時/

日本の伝統色～日本の四季を彩る和みの百色～(仮題)/岡 幸雄さん(染師)

場所 桔梗が丘公民館

◎参加無料。申込不要。

☎桔梗が丘公民館 ☎65-1206

歯周疾患の早期発見・予防のために 「歯周疾患検診」を受診しよう

市では、40歳、50歳、60歳、70歳の節目年齢の人を対象に歯周疾患検診を実施します(対象者には、4月下旬に無料受診券付きはがきを郵送します)。

検診実施期間 5月1日(日)～10月31日(金)

年齢	生年月日
40歳	昭和49年4月1日～昭和50年3月31日
50歳	昭和39年4月1日～昭和40年3月31日
60歳	昭和29年4月1日～昭和30年3月31日
70歳	昭和19年4月1日～昭和20年3月31日

☎健康支援室 ☎63-6970

伊賀の春・夏を満喫してお宝をゲット! 9月24日(水)まで 「伊賀の国スタンプラリー(第2弾)」を開催

伊賀のスポット20カ所を巡って、スタンプを集めたり、伊賀の風景やスポットの写真を投稿したりして、お宝をゲットしませんか?

☎三重県観光キャンペーン推進協議会事務局 ☎059-224-2282

参 伊賀エリアの「みえ旅案内所」や市役所などに置いてあるスタンプラリー冊子を手に入れてください。

式 スタンプを3つ集めて応募すると、「伊賀牛」と「伊賀酒」の詰め合わせが抽選で30人に当たります。

考 伊賀の旅で感動したスポットや風景などを撮った画像を投稿すると、伊賀米が抽選で100人に当たります。



市内の「みえ旅案内所」

- ▼名張市観光協会 駅前案内所
- ▼日本サンショウウオセンター
- ▼山ゆり案内所(青蓮寺湖ぶどう組合) ▼とれたて名張交流館