

第67回津島市駅伝競走大会

日時 1月25日(日) 午前8時30分
 (雨天予備日 2月8日(日))
 集合場所 天王川公園片岡銅像前
 部門及び参加資格 左表のとおり

| 部門 | 距離(km) | 参加資格 |
|------|--------|--|
| 一般男子 | 20.9 | 津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在勤の方で事業所、団体等の単位で構成したチーム(中学生・高校生は不可) |
| 高校男子 | 20.9 | 津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在学の高校生で構成したチーム |
| 一般女子 | 19.4 | 津島市・愛西市・弥富市・あま市・海部郡に在住、在勤の方及び在学の高校生で構成したチーム |
| 中学男子 | 19.4 | 津島市・愛西市に在学の中学生で構成したチーム |
| 中学女子 | | |

チーム構成 監督1人、選手5人、補欠3人(男女の混成チームは不可)
 参加費
 ・一般男子、高校男子
 1チーム 2000円



・一般女子、中学男子・女子
 1チーム 1500円
 申込 所定の申込書に必要事項を記入の上、参加費を添えて12月1日(月)24日(水)に社会教育課へ。
 監督主将会議 1月21日(水)午後7時から錬成館で行います。
 その他
 ・天候による開催の有無は、当日午前7時に決定します。
 ・申し込み後の参加費の返金はいりません。
 ・健康管理に十分留意の上、ご参加ください。
 主催 市、市教育委員会、市体育協会
 主管 市体育協会陸上部
 問合せ 社会教育課スポーツ振興G
 内線2284・2285

答え：「肥満」

肥満を科学的に判定する方法として、「BMI」というものがあります。BMIはつぎの計算式で計算します。

$$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

津島甘臓さんは $90(\text{kg}) \div 1.75(\text{m}) \div 1.75(\text{m}) = 29.4$

| BMI | 判定 | BMI22が一番病気が少ないといわれています。 |
|-----------|------|-------------------------|
| 18.5未満 | 低体重 | 津島甘臓さんは肥満1度 |
| 18.8~25未満 | 普通体重 | |
| 25~30未満 | 肥満1度 | |
| 30~35未満 | 肥満2度 | |
| 35~40未満 | 肥満3度 | |
| 40以上 | 肥満4度 | |

肥満になると糖尿病や高血圧、脂質異常症など生活習慣病にかかりやすくなります。自分の適正体重を知り日々の健康管理に気をつけましょう。

適正体重(kg) = 身長(m) × 身長(m) × 22

食まるクイズ～糖尿病編～⑰



津島甘臓さん(175cm、90kg、40才)の体型は「肥満」「痩せ」「標準」のどれか?

答えは左にあります。



いざという時の備蓄水にも最適！
 無料お試し実施中！！

「お水」の宅配
 クリクラ津島



<http://www.creclatsushima.com/>
 津島市片岡町60番地(片岡毛織内)

まずはお気軽にお電話ください！
 TEL:0567-58-1755



大きなお庭や室内フリースペースで
 遊びながらお留守番！！



♪お泊り1泊 ¥4,110(連泊、多額割引あり)
 ♪託児 ¥2,050(時間お預かりもあります)
 ♪シッター1日1回 ¥2,570

♪シャンプーカット
 Mダックス ¥2,670 トイプードル ¥3,900
 (どれみ御利用した事あるわんちゃんのみOK！)
 (他犬種お問い合わせください)

笑顔で「いってきます」「ただいま」が言える場所・・・

津島市兼平町1-15

TEL:0567-28-2112 受付9:00~19:00(不定休)

<http://doghotel-doremi.com/> 「津島市どれみ」で検索♪

登録番号 動尾第878号

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へお問い合わせください。

😊😊😊 グループ紹介

S.G.U.ジュニア



こんにちは。小、中学生を対象に津島市内でバドミントンの活動をしている「S.G.U.ジュニア」です。現在メンバーは幼児から中学3年生まで、約20人で頑張っています。バドミントンを通して、成長期の子どもに必要な体力づくりや、技術の向上だけでなく、挨拶・礼儀、仲間や縦のつながりも大切にしています。また、練習ばかりではなく、夏には、流しそうめん、バーベキュー、冬はクリスマス会、親子大会など、遊びもイベントも、メリハリつけて、楽しんでいます。

体験、見学ご希望の方は、問い合わせ先までご連絡ください。

【日 時】 月曜日 午後7時～9時
土曜日 午前9時～午後4時

【場 所】 高台寺小学校

【問 合】 山田(監督) ☎090-3381-6821

😊 子どもの目

みんなの笑顔が大好きです。



神守中学校 3年
加藤優歩 さん

私は友達の手が笑顔が好きです。その笑顔をもっと増やしたい。その一心で私は二年間生徒会役員を務めてきました。人前で話すのが得意だとか、行動力があるとか、そういう優れた人間ではありませんでしたが、自分なりのやり方で学校を少しでも明るくすることができたので

はないかと思っています。それは周りの人たちの支えなしでは果たせなかったことでした。二年生の後期、先輩方の代から私たちの代に変わって初めて自分たちで企画をつくっていく中で、なかなかうまくいかず、一人で悩みを抱えてしまった時期がありました。そんな私の様子を見て、たくさんの友達や先生方が声をかけてくれました。「何かできることはある?」と協力してくれたり、「よく睡眠とらなくちゃだめだよ?」と体調に気をつけてくれたり。そんな優しさに私は支えてもらっていました。今の自分がいるのも、そんな人たちのおかげです。本当に感謝しています。みんな、大好きです。

📖 ほんのひととき

市立図書館
☎ 25-2145

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



「ちいさなちいさな めにみえない
びせいぶつのかい」
ニコラ デイビス 文
エミリー サットン 絵
越智 典子 訳
ゴブリン書房

「お話かせてください」 ニキコーンウェル 作 渋谷 弘子 訳 文研出版

「マッサンとリタ」 川嶋 康男 著 汐文社

わたしたちのまわりには「びせいぶつ」という、とても小さな生きものがいます。すがたかたちは様々で、まるいものもいればひよろひよろしたのもの。

そのびせいぶつ、からだは小さいけれど、実はとても大きなはたらきをしているのです!たとえばヨーグルトをつくったり、カゼの原因になったり…。

目には見えないけれど、わたしたちのすぐそばにいる。そんなびせいぶつのはたらきがわかりやすくかかれた絵本です。

一般書



「レンズが撮らえた 外国人
カメラマンの見た幕末日本」
三井 圭司 編集
山川出版社

「どんぐりの呼び名事典」 宮國 晋一 著 世界文化社

「降り積もる光の粒」 角田 光代 著 文藝春秋

江戸から明治へ。歴史の大きな転換点である幕末は歴史ファンからの人気が高い時代でもあります。

実は外国人カメラマンが写真文化を日本に持ち込んだのもこの時期。いわば日本の写真文化の原点がここにはあったのです。この本には徳川慶喜や岩倉具視といった歴史上の人物の肖像写真から、風景写真まで数多くの写真が収録されています。

幕末当時の雰囲気や外国人カメラマンの視点から味わえる1冊です。

[12月の休館日]

23日(火)

29日(月)~1月3日(土) 年末年始

※毎月第4火曜日は、館内整理のため、神守公民館図書室、神島田公民館図書室もお休みします。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(津島総合案内所)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。



煙式の住宅用火災警報器を各寝室に設置しましょう！
寝室が2階以上にある時はその階段にも必要です！

就寝中などに火災が発生したときの「逃げ遅れ」を防ぐため、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。まだ設置していないご家庭は早めに設置しましょう。
住宅用火災警報器は火災により発生する煙を自動的に感知し、音や音声で知らせるものです。原則として寝室と階段に設置が必要です。

こちら消防署 119番
第174回

つきましたか？住宅用火災警報器
消防本部総務課予防設備G
☎23-0419

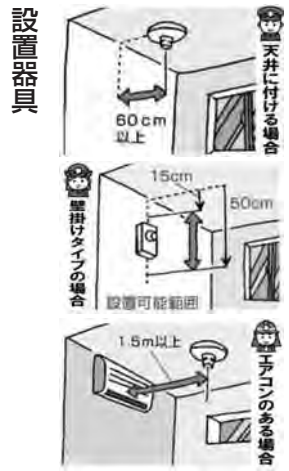
地球温暖化・大気汚染の防止
冬季は、家庭や事業所での暖房機器の使用等により、排出される二酸化炭素が増加します。また、気候が安定し、大気汚染物質が拡散しにくくなるため、地表付近の空気が汚れやすい季節です。皆さんの取り組みで、温室効果ガスの排出を減らし、地球温暖化・大気汚染を防止しましょう。

皆さんでできる取り組み

- ・暖房は、6℃を目安にしましょう。
- ・照明、電化製品、OA機器の電源は、こまめに消しましょう。
- ・不要なアイドリング、急発進、急加速を避け、エコドライブに努めましょう。
- ・家庭でできる取り組み
- ・こたつの設定温度は、こまめに調節しましょう。
- ・公共交通機関や自転車を利用しましょう。

地球温暖化・大気汚染の防止

煙式の住宅用火災機器(警報器)または、報知設備)で、日本消防検定協会NSマーク入りのものを推奨



事業所でできる取り組み

- ・低排出ガス車など燃費の良い自動車を使用しましょう。
- ・貨物輸送の効率化を進め、自動車の走行量を減らしましょう。
- ・良質燃料の使用や燃焼管理の徹底を図りましょう。

「あいちエコチャレンジ21」県民運動実施中
http://www.pref.aichi.jp/kankyo/taiki-ka/ecos21/index.html
生活環境課環境保全G
内線22222222



取り扱い・販売
家電販売店、ホームセンター、スーパー等の防災グッズ売り場にて販売されています。

悪質な訪問販売に注意！
住宅用火災機器の設置義務化を契機として、不適切な価格、無理強い販売などを行う業者に注意してください。(クーリングオフの対象になります)

畳・襖 替えと健康家族!!

- 新品畳.....6,980円(税込)~
- 畳表替え.....3,980円(税込)~
- 畳裏返し.....3,780円(税込)~
- ふすま貼替え.....片面2,980円(税込)~
- 障子貼替え.....2,940円(税込)~

見積無料

畳・襖の事なら
何でもご相談ください。
こちらからお伺いします。



畳(6枚以上)と襖を一緒に
ご依頼いただくとなんと、
襖張り替え1枚無料!
*ご依頼時にこの広告をご提示ください

ダイケン工業のヒット商品 健康畳

表替 9,180円(税込)/1帖
新畳 13,980円(税込)/1帖

お客様の受注350件突破

- *カビ・ダニが発生しにくい
- *低ホルムアルデヒド対応
- *染土がなく清潔でらくらく
- *色が変わりにくい
- *快適で高級感のある仕上がりに

ボイント

肌の弱い方のみえる
ご家庭に是非どうぞ

- 一級畳技能士
- 品質管理認定工場
- 諸官庁御用達

日比正 建設業者登録 愛知県知事許可(般-16)第56320 津島市南新開町2丁目115番地
ひびまさ製畳 ☎0567-28-7404
http://www.hibimasa.com/



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へお問い合わせください。

文化会館 催しガイド

(11月1日現在)
※掲載している催し物の
名称などは予定です。
※選挙により、投票日の
前日や当日の催しが、
中止もしくは延期とな
る場合がありますので、
ご了承ください。

| 催し | 日時 | ホール | 入場料 | 問合せ |
|----------------------------------|---------------------|-----|-----|-----------------------------------|
| ピアノ・エレクトーンリサイタル | 12月6日(土) 午後2時 | 小 | 無料 | 原田 ☎090-2927-1025 |
| 年忘れ歌の温故知新 | 12月7日(日) 午前9時30分 | 小 | 無料 | 小柳 ☎0567-26-6057 |
| ダンスコンテスト Let's Party !! vol.1 | 12月13日(土) 午前11時 | 大 | 無料 | 永田 ☎0567-55-8897 |
| ピエロのパフォーマンス& 金融クイズ !! | 12月14日(日) 午前10時 | 大 | 無料 | 東海労働金庫津島支店 ☎0120-690157 |
| ドラゴンゲート津島大会 | 12月23日(火・祝) 午後5時 | 大 | 有料 | ドラゴンゲート ☐ticket-info@dg-pro.jp |
| チャリティーバレエコンサート | 12月23日(火・祝) 午後1時 | 小 | 無料 | 水野 ☎0567-24-3914 |

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。

津島市長公室
企画政策課
☎0567-24-1111

| 名称 | 日時 | 場所 | 料金 | 問合せ |
|--------------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------|-------------------------------------|
| 作ってみよう!巨大かるた | 12月13日(土) 午前10時~正午 | 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 |
| キャンドルナイトの集い 「モザイクキャンドルを作ろう」 | 12月21日(日) 午後2時~5時 | あま市七宝焼 アートヴィレッジ 交流工房 | 300円 | あま市七宝焼 アートヴィレッジ ☎052-443-7588 |
| 第7回ミニ探鳥会 | 12月7日(日) 午前10時30分~11時30分 | 弥富野鳥園 保護地内 | 無料 | 弥富野鳥園 ☎0567-68-2338 |
| 野鳥撮影教室 野鳥撮影会 | 12月14日(日) 午前10時30分~午後3時 | 弥富野鳥園 本館2階会議室 | 無料 | 弥富野鳥園 ☎0567-68-2338 |
| 第7回探鳥会 | 12月21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 |
| クリスマスキャンドルを つくろう | 12月6日(土)・7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 定員:各日50人 | 400円 | 海南こどもの国 ☎0567-52-1515 |
| クリスマスツリーを つくろう | 12月14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 定員:100人 | 200円 | 海南こどもの国 ☎0567-52-1515 |
| ミニ門松をつくろう | 12月21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 定員:60家族 | 500円 | 海南こどもの国 ☎0567-52-1515 |

中央児童館で遊ぼう!

中央児童館 ☎26-3540

http://www.nihonhoiku.co.jp/jidokan/tsushimachuo/

| 行事名 | 開催日 | 時間 | 対象 | 受付期間 | 定員 | 内容 | 参加費 | 持ち物 |
|-----------------|-----------|--------------------------|-------------------|--------------------------|-------------|------------------------|-------------|--------------------|
| ハイハイ広場 | 12月10日(水) | 午前10時30分~11時15分 | 0歳児親子※1 | 当日受付 | なし | 身長・体重計測と ふれあい遊び | 無料 | なし |
| よちよち広場 | 12月12日(金) | 午前10時45分~11時30分 | 1歳児親子※2 | 当日受付 | なし | 体操と ふれあい遊び | 無料 | 上靴 |
| クリスマス会 | 12月14日(日) | 午後1時30分~3時 | 小学生 | 12月5日(金)~ | 20名 | クリスマス パーティー | 材料費 100円 | お茶、上靴 |
| ベビーマッサージ | 12月16日(火) | 午前10時30分~11時30分 | 0歳児親子※3 | 12月5日(金)~ | 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 |
| 12月生まれ お誕生日会 | 12月19日(金) | 午前11時~11時30分 | 12月生まれの 未就園児親子 | 12月1日(月)~17日(水) 午前中まで | なし | 手形と親子遊び | 無料 | なし |
| しめ縄づくり | 12月20日(土) | 午前10時~正午 | 小学生親子 | 12月5日(金)~ | 20組 | しめ縄をつくろう | 材料費 200円 | 上靴 |
| パソコン教室 | 12月20日(土) | 午後1時30分~3時 午後3時~4時30分 | 小学生 | 12月5日(金)~ | 前・後半 各3名 | 年賀状をつくろう | 無料 | インクジェット 年賀状 5枚 |
| 鏡もちをつくろう | 12月26日(金) | 午前10時30分~正午 | 小学生 | 12月12日(金)~ | 10名 | 鏡もちをつくろう | 材料費 200円 | 上靴 |
| スポーツあそび | 12月27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 | お茶、タオル 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(定員になり次第受付終了) ※1 生後4カ月頃~満1歳頃 ※2 満1歳~2歳未満 ※3 生後1カ月健診後~満1歳頃