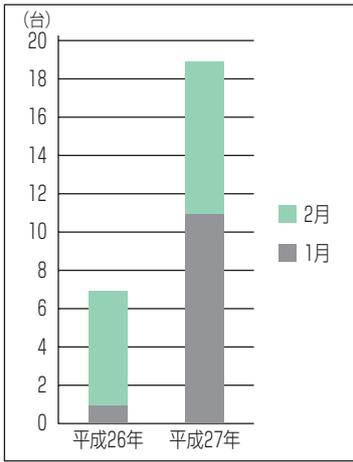


狙われやすいのがプリウスのほか、普通貨物や軽四貨物等のトラックの貨物自動車の盗難被害が目立っています。愛車を泥棒から守るためには、施錠をすることは当然ですが、ハンドルを固定するハンドルロックや警報装置、センサーライトを組み合わせて活用することが大切です。

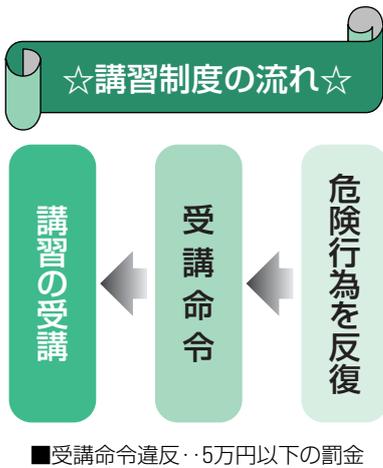


津島警察署管内においては、現在自動車盗被害が多発しています。平成27年2月末時点において、津島警察署管内で、既に19台の自動車被盗まれ、昨年同時期の約3倍の発生数となつております。

自動車盗被害が多発中!



※自転車による交通事故でも自転車の運転者に多額の損害賠償責任が生じるおそれがあるので、保険等に加入しましょう。



など特定の危険行為を過去3年以内に2回以上繰り返すと、自転車運転者講習の受講が命じられます。(6月1日から)

- ブレーキ不良自転車運転
- 一時不停止
- 信号無視
- 遮断踏切立入り
- 携帯電話使用運転
- 酒酔い運転

講習の対象となる危険行為とは...

自転車運転中に危険なルール違反をくり返すと「自転車運転者講習」を受けることとなります!



今月のバランス献立

牛しゃぶともやしのカレー風味あえ トマトとじゃこのサラダ 野菜スープ

1人分 637kcal 塩分2.4g

牛しゃぶともやしのカレー風味あえ

材料(2人分)  
牛肉(しゃぶしゃぶ用)120g、もやし半袋、カレー粉小さじ1、赤唐辛子半半分、イタリアンパセリ適量、A(酢小さじ2、油大さじ1弱、醤油小さじ1、カレー粉小さじ1/2、ケチャップ小さじ1/2)、塩少々

作り方

- ①湯をわかし、カレー粉小さじ1を加えもやしを入れてひと煮して、さらに牛肉を1枚ずつ広げて加え、ザルにあげる。
- ②ボウルにAを合わせ、①と小口に切った赤唐辛子、イタリアンパセリを加える。

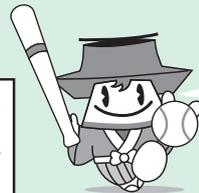
※市役所1階市民情報サロン・保健センター2階・ヨシヅ情報コーナーにレシピがあります。また市公式ホームページにも掲載しています。

つし丸スタンプ会「昇竜2015」野球千ヶツプレゼント等イベントのお知らせ!



このチャンスを逃すな!!

来場者全員にスリカサードユニフォームがもらえる「昇竜2015」5/22(金)の千ヶツを15組30名様にプレゼントします!しかも対戦カードは待望の巨人戦!! 応募の詳細は加盟店店頭ポスターまたはHPにてご確認ください。



つし丸スタンプ

恒例となりました「春のガラガラ抽選会」を5/3(日)10時~16時まで天王通サンパーク前で開催します。空クジなしなので みんなで参加して商品券をゲットしよう!

お問い合わせ先 / つし丸スタンプ会事務局(津島商工会議所内) 津島市立込町4-144  
TEL:0567-28-2800 FAX:0567-24-2805  
URL: http://www.tsushimaru-stamp.com

## 文化会館 催しガイド

(4月1日現在)  
※掲載している催し物の  
名称などは予定です。

催し	日時	ホール	入場料	問合せ
ドラゴン・ゲート 名古屋大会	5月2日(土) 午後6時	大	有料	ドラゴンゲート ✉ticket-info@dg-pro.jp
ダンス発表会 「ON STAGE」vol.2	5月3日(祝) 午後4時	小	有料	国広 ☎090-9177-9276
花道末生流いけばな展	5月6日(水・休) 午前10時	小	無料	桐門会 ☎0567-28-4394
ダンス競技会	5月10日(日) 午前11時	大	無料	青山 ☎0568-65-8753
さわやか会歌謡祭	5月17日(日) 午前9時10分	小	無料	石原 ☎0567-46-2568
青峰岳風会創立40周年記念 吟道大会	5月24日(日) 午前9時30分	大	無料	村上 ☎052-362-2430
チャリティー川島かず恵 夢の華謡祭	5月31日(日) 午前9時20分	大	無料	川島 ☎052-444-1189
民謡の集い	6月7日(日) 午後1時	小	無料	堀田 ☎0567-26-2510

## 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。

津島市市長公室  
企画政策課  
☎0567-24-1111

名称	日時	場所	料金	問合せ
七宝歴史講座 「七宝焼の歴史」	5月24日(日) 午後2時～4時	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
七宝焼体験教室特別企画 「バラのペンダント」	5月23日(土)・24日(日)・26日(火)、 29日(金)・30日(土)のいずれか一日 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
チャレンジデー 2015 in 大治	5月27日(水)	大治町 スポーツセンター 他	無料	大治町 総務部 企画課 ☎052-444-2711
第2回探鳥会	5月17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
ジャブジャブ池観察	5月10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	無料	海南こどもの国 ☎0567-52-1515
みんなであそぼう ～ビクスボックス～	5月16日(土)・17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	無料	海南こどもの国 ☎0567-52-1515
みんなであそぼう ～ボール～	5月30日(土) 午前10時30分～午後3時	海南こどもの国 多目的広場	無料	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

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	5月15日(金)	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
スポーツあそび	5月23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	上靴、お茶
5月生まれ お誕生日会	5月27日(水)	午前11時～ 11時30分	5月生まれの 未就園児親子	5月8日(金)～ 26日(火)	なし	手形と親子遊び	無料	なし
ベビーマッサージ	5月29日(金)	午前10時30分～ 11時30分	0歳児親子※2	5月8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
子どもクッキング	5月30日(土)	午前10時～ 11時30分	小学生	5月11日(月)～	20人	みんなで協力 して作ろう	材料費 200円	エプロン、三角巾、 お皿、お茶、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・祝日・祝日振替の休館日は除く)。○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 生後1カ月健診後～満1歳前後

## ☺ 子どもの目

### 将来の夢

ぼくのしょう来の夢は、小学校の教しになる事です。なぜなら、ののかという、ぼくは人に教える事が好きだし、人を支える仕事をしたいと思っているからです。

しょう来に向けてがんばっている事は、先生をふだんから見ている事です。どうやったらみんなが楽しくじゅ業を受けられるのか、先生を参考にして頭の中で考えています。先生の工夫をメモにとる事もあります。また、毎日の出来事を日記に書いて、分かりやすい文章を書く力を

つける練習をしています。そして、希望の大学へ入学できるようにふだんから勉強しています。

もし、しょう来、教しになれば、子ども達から「あの先生、じゅ業がおもしろくて分かりやすいね。」と言われるようになりたいです。そして、みんなを喜ばせて学校全体を明るく楽しくしたいと思います。なので、夢に一步でも近づけるように、これからも毎日少しずつがんばります。



北小学校 5年生  
横井太一 君

## 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



『どうしてトウモロコシにはひげがあるの?』  
藤田 智 著  
少年写真新聞社

「やさいをたくさん食べましょう。」「にんじんや、ピーマンを好きになってね。」そう言われても、やさいについて、ふかく考えることってあまりないですよ。

やさいをおいしく食べるためには、いろいろなひみつを知ってみましょう。そしてこの本を読み終わるころ、きっと、自分で育てたやさいを、家族みんなで料理して、おいしく食べてみたくなりますよ。

『気をつけようスマートフォン2』 小寺 信良 著 汐文社

『ロボのジョジョとおひめさま』 ヘン・スティーヴズ 絵 マイケル・モーパーゴ文 徳間書店

### 一般書



『いつものパンがあなたを殺す』  
デイビッド・パールマター 著  
白澤 卓二 訳  
三笠書房

私たちは、日々いろいろな病気にならないために、生活習慣を変えながら予防を心がけます。しかし、どうしたものか、脳への健康や精神機能を守ろうとすることに関しては、意外と楽観視してしまう傾向にあるのではないのでしょうか。脳にとっての一番のリスクは何か、また、その原因を作っている食べものが、炭水化物や糖質であるとしたら。本書は、原因を解明し、4週間のデトックスプログラムも紹介しながら脳の健康を守ります。

『ひらめき!食べもの加工』 岡本 靖史 著 農山漁村文化協会

『絶唱』 湊 かなえ 著 新潮社

[ 5月の休館日 ]  
26日(火)

※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。

## 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)~

※サンプルを見て触って決めてください。  
家具の移動手伝います。

### 見積無料

畳・襖の事なら  
何でも相談ください。  
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  
アレルギー・アトピーの方  
肌の弱い方のみえる  
ご家庭に是非どうぞ

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

広告有効期限1ヶ月

- 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 津島市新南開町2丁目115番地

ひびまさ製畳 ☎0567-28-7404  
http://www.hibimasa.com/



## 私のカルテ

No 325

## バセドウ病

## はじめに

バセドウ病について皆さん、どのくらいご存知でしょうか。名前は聞いたことはあるがよく知らないという方が多いかと思われます。田中角栄、夏目雅子、ジョージHWブッシュ、絢香といった著名人がこの病気を患っていたと聞くと身近に感じていただけるでしょうか。

目が飛び出る、首の前の部分が腫れてくる、などの外見的特徴の他、心臓がドキドキする、汗をよくかく、体重が減るといった症状が出ます。高齢者では無気力、倦怠感などわかりにくい症状しか出現しない場合もあり長期間見逃されている場合もあります。直ちに命にかかわる病気ではありませんが、放置すると心不全、心房細動をきたして入院が必要となる場合もありますし、甲状腺クリーゼという危険な状態を招くこともあります。

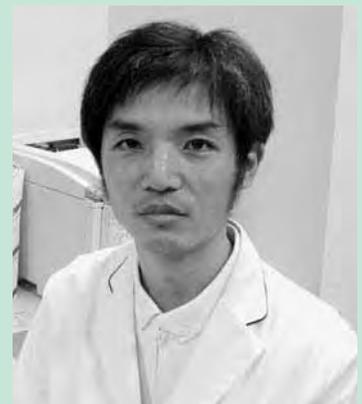
今回はバセドウ病について少しでも理解が深まるようご説明いたします。

## バセドウ病とは

まず「甲状腺」は首の喉仏のすぐ下にある蝶のような形の10グラム程度の小さい臓器です。甲状腺から作られるホルモンは2つあり、サイロキシン(T4)とトリヨードサイロニン(T3)です。どちらも材料としてヨードが必要です。さらに脳の下垂体という部分からは甲状腺刺激ホルモン(TSH)が出て甲状腺の働きを調節しています。何らかの原因により体のどこかで甲状腺を刺激する偽の信号(自己抗体)が出て、これらのホルモンが持続的に作られ過剰な状態が続くのがバセドウ病です。

これに対して垂急性甲状腺炎や無痛性甲状腺炎のように炎症によって甲状腺が破壊され、甲状腺内に蓄えられているホルモンが血液に漏れ出て高くなる病気があり、バセドウ病と間違われる場合があります。

バセドウ病は幼児から老人までかかりますが20から40歳代に多い傾向があります。また女性に多い傾向があります。



津島市民病院  
内分泌科主任医長  
小澤 由治

響はないと考えられます。

## バセドウ病の治療について

内服、放射線照射、手術が挙げられますが、まずは大半の患者さんには内服をお勧めします。量を調整することでちよつと良い状態を維持することが他の2つに比べて容易だからです。

中断し増悪してしまつ患者さんの中にはいますが、内服治療で最も重要な点は忘れずに内服することです。

## 最後に

バセドウ病は早期発見、早期治療が大事です。怪しいと思ったら病院を受診しましょう。いったん治療が始まったらきちんと定期的に通院しましょう。

## バセドウ病と生活習慣

喫煙はバセドウ病の薬物療法の効果を弱くして薬物中止後の再発率を高めます。また眼の症状を悪くすることが知られています。

バセドウ病の患者さんはヨード摂取量にはさほど気を使う必要はないでしょう。ヨードが不足しても過剰になっても甲状腺機能低下症が起こりえますが、ホルモンが多い状態の時にはさほど影

