

麻しん風しん混合(MR)  
ワクチンの接種はお早めに！

対象

1期：生後12～24月に至るまでの方  
2期：平成21年4月2日～22年4月1日  
生まれの方

接種期間

1期：2歳の誕生日の前日まで  
2期：平成28年3月31日まで

その他

次に該当される方は、保健センターへご相談ください。  
・アレルギーや重い疾患がある方  
・市が配付した予診票をお持ちでない方

問合 保健センター  
☎23-5501



ファミリー・サポート・センター  
移動事務所開設のお知らせ

ファミリー・サポート会員の登録、事業説明のため移動事務所を開設します。

場所・日時

西地区子育て支援センター  
3月17日(木) 午前10時～正午  
東地区子育て支援センター  
3月24日(木) 午前10時～正午

問合 ファミリー・サポート・センター  
☎55-7708

食まるクイズ～糖尿病編～②④



気分が落ち込むと、血糖値は下がる。

YES or NO

答えは左にあります。

答え：NO

気分が落ち込むなど、からだや心にストレスがかかると、血糖値を上げるホルモンが分泌される一方で、インスリンに対する感受性(インスリン抵抗性)が低下し、インスリンがたたくさん分泌されていても、血糖値が上がります。

自分にあつたストレス解消法を見つけておくことが大切です。

ただし、たくさん食べること、ストレスを解消することは危険です。



平成28年度スポーツ教室

種目・内容 表1のとおり

受講料 表2のとおり

申込 3月28日(月)から(各種目とも、定員になり次第締切)

問合 社会教育課スポーツ振興G  
内線2285

●表1 種目別一覧表

区分	対象	定員	回数	期間	時間	曜日	場所
ソフトテニス	小学2～4年生	各20人	9	4月～6月	午前9時～11時	土	市宮庭球場(雨天:葉苺スポーツの家)
硬式テニス	高校生以上			9月～12月(雨天順延)			市宮庭球場
ミニバスケット	小学生		12	5月～8月			神島田小学校
バドミントン	中学生以上		6	5月～7月	午後7時～9時	木	東小学校
柔道	小学生以上		15	5月～6月		火・木・土	錬成館
剣道	小学生以上					火・金	
弓道	中学生以上					火・木・土	

●表2 受講料一覧表

区分	6回コース	9回コース	12回コース	15回コース
高校生以上	3,000円	4,500円	4,200円	7,500円
小・中学生	2,100円	3,150円		5,250円



津島スポーツクラブホワイト  
ウィングス28年度会員

活動日 4月から翌年3月までの土・日曜日で、各種目月1回程度。(一部メニューは水曜日夜実施)

種目 左表のとおり

※全ての種目に参加できません。

活動場所 東小学校体育館ほか

会費(月額)

・個人会員 1人600円

・ファミリー会員 1家族1200円

・年間または半期での申し込みとなります。

種目名	種目紹介
のびのび体育塾	基礎運動を中心に器具などを使って楽しく身体を動かしましょう。スポーツに必要な動きやバランスを養うことができます。
ソフトラエアロビクス	普段運動不足の身体を、音楽に合わせてほぐしましょう。軽い運動でどなたでも参加していただけます。
ショートテニス	スポンジボールと軽いラケットを使い、室内のバドミントンコートでプレーするテニスです。
バスケットボール	基本のパスやドリブルを、楽しい練習で習得しましょう。
卓球	親子で楽しむことも可能です。どなたでも気軽に参加してください。
バドミントン	簡単そうで難しいこの競技。初めての人も経験者の人も一緒にバドミントンを楽しみましょう。
相撲	男の子も女の子もお母さんも気軽に参加し、楽しく相撲を体験してみませんか。
ソフトバレーボール	ゴム製のやわらかいボールを使ったバレーボールです。
ボクシング・エアロビクス・ハイアンフラ・ボールウォーキング	老若男女どなたでも気軽に参加できる楽しく身体を動かす種目です。
スポーツ玉手箱・ヨーガ	いろいろなニュースポーツやヨガを体験できます。種目にこだわらず、身体を動かしてみたい方にお勧めです。
ミニサッカー	子どもから大人までみんなでサッカーを楽しみます。
水泳	泳ぎのテクニックや水中での歩き方などをプールサイドより10～15分程度ワンポイントアドバイスをいたします。◎別途プール入場券が必要です。
その他(イベント)	海の体験教室(夏)、冬山の体験教室(冬)を1泊2日で企画しています。◎別途参加費が必要です。

保険加入 活動中に適用される保険に加入していない方は、スポーツ安全保険に加入してください。

申込 所定の申込書(社会教育課にあります)に必要事項を記入の上、会費を添えて社会教育課へ。クラブ活動日は、会場で受け付けます。

その他 クラブの運営、指導補助などのスタッフも募集しています。詳しくは、会場のスタッフまで。

問合せ 社会教育課スポーツ振興G  
内線2284

いわき市からの便り

津島市では、平成25年1月より、東日本大震災の被災自治体への復興支援として、福島県いわき市へ職員を1人派遣しています。

昨年4月から、いわき市商工観光部観光振興課で勤務に励んでいる伊藤主事から便りが届きましたので、ご紹介します。

いわき市は、福島県の東南端、茨城県と境を接する、広大な面積を持つまちで、東は太平洋に面しています。



私は、「風評被害払拭、観光誘客キヤンペーンに係る業務等」に携わっています。担当業務として、夏に海水浴場の開設を行いました。いわき市には海水浴場が10箇所ありますが、震災以降、公共工事等が行われており、安全性の確保が不十分なことから、現在では2箇所のみ開設できているという状況です。震災前には、80万人程度の入込客数を記録していましたが、震災以降は、3万人程度へと激減してしまっています。海水浴場の開設数が減少して

いることもありましたが、風評被害による影響が大きいのだと実感しました。

今年度は、海水浴場における風評被害の払拭および入込客数の増加を図るため、様々な取り組みを実施しました。

海水浴場PR動画の作成、砂像製作体験コーナーの設置、週末には砂浜にて宝探しイベント等を開催し、誘客を図りました。

天候等に恵まれたこともあり、今年度の入込客数は震災以降最高となる6万人弱の人々が来場していただけました。週末の海水浴場の活気ある賑わいを目の当たりにして、震災からの復興を実感しました。

来年度以降は、各所の公共工事も終了し、開設できる海水浴場の数も増加していくということで、いわき市の更なる復興が望める現状であります。

いわき市に赴任することにより、毎日貴重な体験であり、津島市ではなかなか経験したい業務もさせていただきます。自分自身がいわき市の復興に少しでも貢献できるよう精いっぱい頑張りたいです。



**ソフトテニス・テニス(硬式)大会 (会場:市営庭球場、後援:市教育委員会)**

大会名	開催日・時間	種目	参加資格	参加費等	申込	問合せ
津島市春季レディースソフトテニス大会 (主催:津島ソフトテニス協会)	4月1日(金) (雨天予備日4月8日(金)) 午前9時	ダブルス (経験者・初心者別)	市内在住、在勤の女性	1チーム 500円	3月27日(日) までに右記へ	ソフトテニスOG会 磯部 ☎25-5465
津島市春季ソフトテニス大会 (主催:津島ソフトテニス協会)	4月17日(日) (雨天予備日4月24日(日)) 午前9時	ダブルス(一般男女・中学生以下 男女・成壮年[35歳以上]・ ジュニアの部)	市内在住、在勤者および 協会会員	1チーム 一般 1,000円 中学生以下 500円	4月9日(土) までに右記へ	津島ソフトテニス協会 垣見 ☎25-9845
第16回津島市ジュニアテニス大会 (主催:市テニス協会)	3月21日(月・祝) (雨天予備日3月26日(土)) 午前9時	男女混合シングルス (48組)	小学1年生から6年生の どなたでも参加できます (ただし、ゲームカウントができること)	1人 1,500円	3月11日(金)までに ※1の方法で	市テニス協会 浅野 ☎090-3953-9407 (問合せ時間午後7時~10時) 詳しくは市テニス協会 ホームページ参照
第19回津島市オープンテニス大会 (主催:市テニス協会)	4月3日(日) (雨天予備日4月10日(日)) 午前8時30分 男子ダブルス 午前10時 女子ダブルス	男子ダブルス(48組) 女子ダブルス(24組)	高校生以上の どなたでも参加できます ※2	1チーム2,500円	3月24日(休)までに ※1の方法で	

※1 申込方法(いずれか) ①市テニス協会ホームページ <http://www.tsushima-tennis.org/>  
 ②市テニス協会ホームページ(携帯版) <http://k.fc2.com/cgi-bin/hp.cgi/tsushima>  
 ※2 昨年の優勝ペアは出場できません。ただしペアを代えての出場は可。



**成績発表**

**第68回津島市駅伝競走大会**  
1月31日(日)・津島市ほか

(優勝チーム、市内関係分のみ掲載)  
参加57チーム  
中学女子  
神守中女子



**全国大会出場**

平成27年度全国高等学校相撲選抜大会  
(第67回全国高等学校相撲新人選手権大会)(高知県高知市)



**平井和樹さん**(愛知工業大学名電高校2年・神守町)  
**出場経緯** 平成27年度愛知県高等学校新人体育大会相撲競技会個人80kg未満級優勝

JOCジュニアオリンピックカップ第19回全日本女子ユース(U-18)サッカー選手権大会(大阪府堺市)



**宮田あすかさん**(天王山2年・橋詰町)  
**出場経緯** 2015年度第19回全日本女子ユース(U-18)サッカー選手権大会東海大会優勝

第15回全国小学生ソフトテニス大会(千葉県白子町)



**林 はなさん**(東小5年・橋町)  
**杉浦由奈さん**(南小5年・常盤町)  
**出場経緯** 愛知県小学生秋季大会兼第15回全国小学生大会・全国スポーツ大会県予選女子ダブルス5年生の部優勝



第15回全国小学生ソフトテニス大会(千葉県白子町)  
**佐藤由季さん**(南小5年・本町)  
**出場経緯** 愛知県小学生秋季大会兼第15回全国小学生大会・全国スポーツ大会県予選女子ダブルス5年生の部4位



第15回全国小学生ソフトテニス大会(千葉県白子町)  
**松永明日夢君**(西小4年・上之町)  
**出場経緯** 愛知県小学生秋季大会兼第15回全国小学生大会・全国スポーツ大会県予選男子ダブルス4年生以下の部3位

第24回全日本高等学校女子サッカー選手権大会(兵庫県神戸市)



**福田ゆいさん**(藤枝順心高校2年・大縄町)  
**福田まいさん**(藤枝順心高校2年・大縄町)  
**出場経緯** 第24回全日本高等学校女子サッカー選手権大会東海予選優勝



**寄附**

ご厚意ありがとうございました  
児童福祉基金へ  
海部東農業協同組合女性部様…現金  
市教育委員会へ  
特定非営利活動法人まちづくり津島様  
…『津島市立図書館 編年資料集成 1895~2015』(上・下2冊組)計22組



**荣誉**

経済産業大臣表彰  
吉川節子氏(百町)  
多年にわたり、各種統計調査に尽力された功績に対し、統計功労者として授与されたものです。

## 中央児童館クラブ員募集（前期）

問合 中央児童館 ☎26-3540

平成28年度前期（4月～9月）のクラブ員を募集します。

- 申込期間 3月1日(火)～11日(金) ※開館時間内での受付になります。
- 申込場所 中央児童館（申し込み用紙の記入をお願いするため、電話での受付はできません）
- 抽選 定員を超えた場合は、3月13日(日)午前10時より、中央児童館で公開抽選をします。  
※定員に満たない場合は、3月14日(月)から随時受付、定員になり次第終了します。
- 抽選結果発表 3月25日(金)までに、各家庭に郵送します。

### ○クラブ員募集内容

クラブ名	対象	内容	定員	日程(予定)	時間
絵画クラブA	小学1・2年生	テーマをもとに描写を楽しむ	20人	第3日曜日	午前10時～正午
絵画クラブB	小学3～6年生	テーマをもとに描写を楽しむ	20人	第3日曜日	午前10時～正午
折り紙クラブA	年長児・小学1年生	季節の折り紙を折る	10人	第1土曜日	午前10時30分～11時30分
折り紙クラブB	小学1・2年生	季節の折り紙を折る	15人	第1土曜日	午後2時～3時
ゲームクラブ	年長児～小学2年生	集団でゲームを楽しむ	20人	第1日曜日	午前10時30分～11時30分
卓球クラブ	小学3～6年生	ルール・マナーを覚えながら卓球を楽しむ	12人	第1金曜日	午後4時～5時
工作クラブ	小学2～4年生	作って遊んで考える	10人	第1日曜日	午後2時～3時
アレンジフラワークラブ	小学1～6年生	花の名前を覚えながら花のアレンジを楽しむ	20人	第3土曜日	午後2時～3時
体操クラブA	小学1～3年生	小学生の体操教室	20人	第2・4金曜日	午後3時15分～4時
体操クラブB	小学1～3年生	小学生の体操教室	20人	第2・4金曜日	午後4時5分～4時50分
ひよこクラブ	平成25年4月2日～26年4月1日までに生まれた子とその保護者	親子遊びの場	20組	第1・3水曜日	午前10時45分～11時30分
幼児体操クラブA	平成25年4月2日～9月30日までに生まれた子とその保護者	体を動かすことを中心とした親子ふれあいの場	20組	第2・4月曜日	午前10時～10時45分
幼児体操クラブB	平成25年10月1日～26年4月1日までに生まれた子とその保護者	体を動かすことを中心とした親子ふれあいの場	20組	第2・4月曜日	午前11時15分～正午
きんぎょクラブA	平成26年10月1日～27年4月1日までに生まれた子とその保護者	親子遊びの場	20組	第3月曜日	午前10時～10時45分
きんぎょクラブB	平成26年4月2日～26年9月30日までに生まれた子とその保護者	親子遊びの場	20組	第3月曜日	午前11時15分～正午

※ゲームクラブは、室内ゲームなどをして楽しみます。  
 ※きんぎょクラブ・ひよこクラブ・幼児体操クラブは、幼児とその保護者の遊びの実践教室です。  
 ※アレンジフラワークラブは、花材費の一部として1,800円(6回分)が必要となります。  
 ※日程は、祝日の関係、講師の都合等で変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。  
 ※決定通知に同封される出席カードの日にちをご確認ください。

## 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	3月9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
親子クッキング	3月11日(金)	午前10時30分～正午	未就園児親子	3月4日(金)～	10組	栄養士による食育と親子クッキング	材料費200円	エプロン、三角巾 お茶、食器
ベビーマッサージ	3月18日(金)	午前10時30分～11時30分	0歳児親子※2	3月4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
3月生まれお誕生日会	3月23日(水)	午前11時～11時30分	3月生まれの未就園児親子	3月1日(火)～22日(火)	なし	手形と親子遊び	無料	なし
スポーツあそび	3月26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

○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を除く）。○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歳頃