

健康 知って得情報

結核について

担当 保健福祉課

結核は過去の病気と思われがちですが、日本の結核罹患率は、先進諸外国と比較して高く、平成27年には1万8000人以上の新規患者が発生し、約2000人が命を落としている感染症です。

結核について正しい知識を身につけましょう。

◆結核とは
結核は結核菌によって肺に炎症が起こる病気です。初期症状は普通の風邪とよく似ているので、注意が必要です。

- ・咳・痰が出る
- ・微熱
- ・体がだるい
- ・急な体重減少

咳や微熱が2週間以上続く場合は、医療機関を受診しま

◆感染経路
咳やくしゃみによる空気感染でうつります。

結核菌を保有している人が咳やくしゃみをする時、飛沫に含まれる結核菌が空気中に飛び散り、それを吸い込むことよって感染します。

なお、結核菌に感染しても一生の間で発病する可能性は1〜2割程度と考えられています。

◆結核の予防・早期発見
○予防接種
BCGワクチンは、結核の重症化を防ぐために有効です。

○生活習慣
結核菌の感染を防ぎ、感染しても発病を阻止するためには、体の免疫力を高めることが大切です。次の生活習慣を心掛けましょう。

- ・十分な睡眠時間
- ・バランスのとれた食事
- ・適度な運動
- ・禁煙

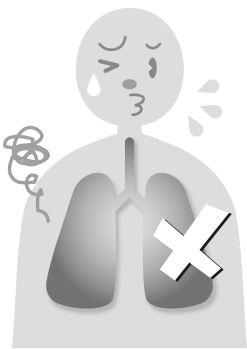
○マスクの着用
咳が出るときは周囲へうつさないようマスクを着用しましょう。

○胸部X線検査
早期発見のために有効です。

◆結核の治療
結核の治療は、内服薬で行うのが一般的です。現在では、複数の薬を6カ月程度服用することで完治するといわれています。

しかし、薬の服用を中断することで耐性菌（薬が効かない菌）ができてしまう可能性が高まるため、医師の指示に従って薬を飲み続けることが大切です。

■問合せ 保健福祉課 健康推進グループ ☎72・2000



新十津川 農業高校通信

H28.10 No.103 介護職員初任者研修を 終えて

私たち3年生活コースは、5月から資格取得学習として介護職員初任者研修を受講しました。

この実習は、通常の授業だけではなく、夏休み中には介護についての基礎知識の講義と実技講習を受講しました。

西野学園の先生方が、細かく丁寧に授業を行ってくださいました。

研修が始まる前は上手くできるか、勉強は難しくないかと不安でいっぱいでした。

5月16日に第1回目の講習が行われ、担当の先生の自己紹介から始まりました。講習は楽しいだけではなく、今まで知らなかったような内容がたくさんあり、自宅に戻って受けた研修内容を思い返しメモを取ることを必ず行いました。

さらに、校外で2日間の施設実習を行い、実習先で実際に利用者の方と接する時にはどうしたらよいか戸惑うこともありましたが、しかし、何度も接する中で利用者の方とコミュニケーションが取れるようになり、楽しく実習を終えることができました。

私はその後の実技テストと筆記テストを無事に終えることができ、9月に念願の修了証を手に入れることができました。

夏休みに入り、実習と実技テストの研修が始まりました。この研修が終わると終了評価と筆記テストがあります。そのためにも必死に勉強に励みました。座学が終わると、ベッドメイキングや食事介助などの実技講習を受講しました。

3年 佐々木 桜



イベントカレンダー

Shintotsukawa Event Calendar

10月8日～12月7日

●月～金曜日 10時～12時 児童館を乳幼児と保護者に開放中(祝祭日とほかの行事での利用時は除く)

10/8(土)	新中吹奏楽部定期演奏会 (14:00～ゆめりあ)
9(日)	
10(月)	ウォーキングのつどい (9:30～改善センター)
11(火)	小中学校後期始業式
12(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
13(木)	おはなしころりんミニ (10:30～図書館) 就学時健康診断 (13:00～ゆめりあ)
14(金)	ふるさと学園大学第5講 (10:30～ゆめりあ)
15(土)	社会福祉大会・福祉のつどい(10:00～ゆめりあ・改善センター) おはなしころりん「あったかい」のおはなし(14:00～図書館)
16(日)	子育てスクール「パパと遊ぼう」(10:15～子育て支援センター)
17(月)	
18(火)	
19(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館) 一日行政相談 (13:30～役場)
20(木)	子育てスクール「そば打ち」(10:15～ピンネ荘)
21(金)	
22(土)	町民音楽祭 (9:00～ゆめりあ)
23(日)	小学校学芸会 (8:20～新小)
24(月)	巡回ドック (6:00～ゆめりあ)
25(火)	巡回ドック (6:00～ゆめりあ)
26(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
27(木)	おはなしころりんミニ (10:30～図書館)
28(金)	こども生け花展 (～10/30 改善センター) 町民文化祭展示部門 (～10/30 改善センター) 献血 (10:00～JAピンネ本所前、12:00～JAピンネ花月支所前、14:30～役場前)
29(土)	ゆめりあ部会発表会 (10:00～ゆめりあ)
30(日)	町民文化祭芸能部門 (9:30～ゆめりあ)
31(月)	びよびよきっず「ハロウィン」(10:15～子育て支援センター) 児童館「ハロウィン」(14:45～児童館)

11/1(火)	原紀子作品展～ドライポイント・水彩～(～11/27 図書館) 新十津川中学校3年生「デザイン画」(～11/20 改善センター)
2(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
3(木)	サンウッドパークゴルフ場営業最終日
4(金)	
5(土)	まちづくりワークショップ (10:00～ゆめりあ) おはなしころりん「がっき」のおはなし(14:00～図書館)
6(日)	
7(月)	
8(火)	2歳4～7カ月児健康相談 (9:15～ゆめりあ) ふるさと学園大学第6講 (10:30～ゆめりあ)

9(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館) 7～8カ月児健康相談 (9:15～ゆめりあ) 3～4カ月児健康相談 (13:15～ゆめりあ)
10(木)	おはなしころりんミニ (10:30～図書館) 1歳8～9カ月児健康相談 (12:15～ゆめりあ) 3歳1～2カ月児健康相談 (12:30～ゆめりあ)
11(金)	冬の交通安全運動 (～11/20) 10～11カ月児健康相談 (9:15～ゆめりあ) 1歳2～3カ月児健康相談 (9:30～ゆめりあ)
12(土)	秋の集団健診 (6:00～ゆめりあ)
13(日)	秋の集団健診 (6:00～ゆめりあ) 大人向け上映会「人生、いろいろ」(14:00～図書館)
14(月)	秋の集団健診 (6:00～ゆめりあ) ふるさと公園野球場、ピンネスタジアム、テニスコート、サッカー場営業最終日
15(火)	
16(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館) シニアいきいきクラブ「いけばな教室」(10:00～ゆめりあ)
17(木)	
18(金)	
19(土)	おはなしころりん「色」のおはなし (14:00～図書館) 児童館「カレンダー作り」(13:30～児童館)
20(日)	
21(月)	子育てスクール「エアロビクス」(10:00～子育て支援センター)
22(火)	税に関する標語展 (～12/25 改善センター)
23(水)	
24(木)	おはなしころりんミニ (10:30～図書館) 介護保険相談 (13:00～ゆめりあ)
25(金)	
26(土)	親子クッキング教室 (9:30～ゆめりあ)
27(日)	大人の図書館講座「講師：整理収納アドバイザー 松浦亜矢氏」(13:30～図書館)
28(月)	
29(火)	
30(水)	新小参観日 (高学年) (13:25～新小)

12/1(木)	クリスマス絵本展 (～12/25 図書館) 新小参観日 (中学年) (13:25～新小) シニアいきいきクラブ「レクリエーション教室」(10:00～ゆめりあ) 新小参観日 (低学年) (13:25～新小)
2(金)	
3(土)	おはなしころりん「クリスマススペシャル」(14:00～図書館)
4(日)	
5(月)	
6(火)	
7(水)	放課後おはなしタイム (15:00～図書館)

今年日本一早い最終列車として
鉄道マニアの注目を浴びる新十津川駅。その情景を素直に詠いました。コスモスは秋の季節になりました。

わたららと過ぎしひととせ吾亦紅
歳とともに一年が早く過ぎてゆきます。茎を縦横に差し交わしながら、暗紅色の花を静かに揺らす吾亦紅に、過ぎてしまった一年の感慨をたくしました。

吾亦紅の名句を紹介します。
「吾も亦紅なりとひそやかに」
「われもまたくれないなりとひそやかに」
高浜 虚子

文芸倶楽部
ほんべり俳句会
嘘まこと句に散りばめし秋灯下
九月句会で多くの俳人の共鳴を得た一句です。俳句とはまさにこの通り、嘘も真実も詠いこみます。「いくつもの虚構を超えて至る真実」とはアカシア俳句会創刊主宰土岐鎌太郎氏の言葉ですが、この一句もまたややコミカルなタッチで季語「秋灯下」を生かしました。

コスモスと園児手を振る終列車
境 子工子

◀10/15～11/14の休館日▶
月曜日 : 10月17日、24日、31日
11月7日、14日
祝日 : 11月3日(木)
図書整理日 : 10月28日(金)



「アリスのまま」
リチャード・グラツァー / 監督、ジュリアン・ムーア / 主演
人生の充実期を迎えていた50歳のアリスは、若年性アルツハイマー病と宣告される。手の平からこぼれ落ちる砂のように失われていく記憶。運命と闘うアリスと家族の葛藤を描く。原作もおすすめ。(101分)



「未来への伝言」
こやま峰子 著、藤本将 画
いねむりしている間にすっかりかわってしまう車窓の景色のように、悲しみがすぎてほしい(発車)より、次代を背負う子どもたちに平和な時代を手渡すための詩集。



「かんたんおしやれな雑貨折り紙」
監修 折居和美
ペンダント、ドリンクホルダー、アクセサリトトレ、フォトフレーム…。誰でも手軽に作れて、日々の暮らしの中でちよつとおしゃれに、そして便利に使える折り紙作品を紹介。

New Totsukawa Trial NTT 第7回

～2016年度活動の目標と現在～

本町で活躍する地域おこし協力隊のコラムをお届けします。

新十津川町地域おこし協力隊高野です。秋になり、半袖では寒く感じるようになってしまいました。季節ごとのはっきりした気候は、北海道独特のものなのかも感じています。北海道の気温差に早く慣れたいと思います。

さて、まだ暑かった7月の末、ふるさとまつりに地域おこし協力隊として出店しました。「売れるだろう！」と思い、ソフトクリームの販売に挑戦したのですが、機械や材料一式を業者からお借りした分を差し引くと、利益は微々たるものでした。その後「ハーブガーデン祭り」にも出店し、自作の新十津川駅グッズや近隣の協力隊の手作り作品を販売しました。あいにくの雨でしたが、ハーブガーデンの方のお取り計らいにより、施設内で物販し、予想外の反響をいただきました。

9月には「秋フェスinかみすながわ」にて、新十津川の農家さんからいただいた農産物を販売しました。新十津川の野菜は近隣市町村の方々にとっても好評で、野菜の売れ行きは大変好調でした。

最初は(今でもですが)、「売れるだろう！」と思ってなかなか簡単にはいかず、利益を出すことの難しさを感じました。そんな中でも、やはり新十津川の農産物は好評だと感じました。農家さんの出店を手伝っていただいた札幌の「夏

の農産物フェア」では、多くのリピーターの方がいて、出店後も農家さんと直接取引をされる方もいるようでした。

少しずつではありますが、これらの物販を通じ、新十津川を知っていただいていること自分たちで出した利益は、活動拠点「大人アジト STUDIO lab」の維持管理、修繕費に当てようと思います。ここでは地域の方々が飲み会をしたり、テレビを見たり、ゲームをしたり、きっかけにはこだわらず、誰でも気軽に遊びに来て、交流を図ってもらえればと思っています。難しく考えず、地域の方々が「自らつくる遊び場」というコンセプトで、仲間内でも小さなことから挑戦してみる環境になれば嬉しく思います。

自分の協力隊卒業後の「どうやって食べていくか」を考えなければならないこともあり、できることは少ないですが、これらのさまざまな「小さな挑戦」が自分の糧と、新十津川のできる一つの可能性となれば大変嬉しく思います。

Facebook「START from 新十津川 Project」
活動拠点「大人アジト STUDIO lab」
住所 新十津川町字中央302-2 (改善センター前 旧商工会館)



高野 智樹