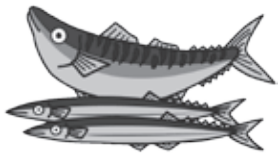




担当 保健福祉課



平成30年度食中毒統計での食中毒の原因第1位はアニサキスです。ノロウイルス、カンピロバクターよりも発生件数が多くなっています。

◆アニサキスとは

寄生虫の一種です。幼虫は、長さ2〜3センチ、幅は0.5〜1ミリくらいで、白色の太い糸のように見えます。サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、ヒラメ、イカなどの魚介類の内臓に寄生します。

寄生している魚介類が死亡し、時間が経過して鮮度が落ちると、幼虫はさらに成長します。

◆食中毒を起こすまで

アニサキスが寄生している魚介類を生または不十分な冷凍（加熱）状態で食べること、食中毒を引き起こします。

◆食中毒の症状

・急性胃アニサキス症
食後、数時間から十数時間後に、激しいみぞおちの痛み、激しい下腹部の痛み、吐き気、嘔吐を生じます。

アニサキス食中毒の多くが、急性胃アニサキス症です。
・急性腸アニサキス症
食後、十数時間から数日後に、激しい下腹部の痛みを生じます。



◆予防方法

①魚を丸ごと一匹購入する際

は、新鮮な魚を選んで、速やかに内臓を取り除き、低温（4度以下）で保存しましょう。
②魚の内臓を生または生に近い状態で食べないようにしましょう。

③目視で、うずまき状のアニサキスが寄生していないか確認しましょう。
アニサキスを発見した場合、取り除いてから調理をしましょう。

④凍結で死滅するため、マイナス20度で24時間以上冷凍しましょう。
⑤加熱で死滅するため、60度で1分以上加熱しましょう。

※食酢、塩漬け、しょうゆ、わさびでは、アニサキスは死滅しません。

◆治療方法

魚介類を食べて、激しい痛みがある場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。
※アニサキスは、人の体内で長く生きられないため、摂取から3週間以内で自然に排泄されます。



水害に備える 大雨への対策をしましょう

①日頃から準備しておくこと

②住居周辺の災害危険度の把握

住居や周辺が浸水想定区域や土砂災害警戒区域に含まれていないかハザードマップで確認しましょう。

③非常持ち出し品の準備

非常持ち出し品をリュックやバッグなどにまとめて玄関近くに置いておきましょう。

④避難場所、避難経路の確認

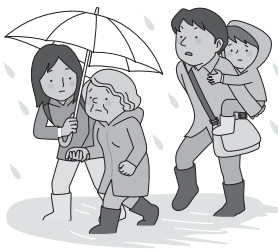
水害と地震の場合では1次避難場所が異なります（総進区を除く）。自分の居住区の避難場所と複数の避難経路を確認するとともに、避難に要する時間を確認しておきましょう。

④住居や住居周辺の確認

排水溝や雨水まがごみなどで詰まると、大雨や豪雨の時に浸水などの原因になります。日頃から点検や清掃をしておきましょう。また、強風により飛ばされそうなものは、片付けておきましょう。

⑤地域住民による協力的体制

災害時、最も頼りになるのは「地域住民による協力的体制」です。水害や土砂災害の危険を感じたら、地域で支援し合いながら早めに避難しましょう。



いつもはスラックラインの話をしていたので、今回は主となる仕事の新十津川スポーツクラブでの話をしたいと思います。

新十津川スポーツクラブは新十津川町体育協会内にあり、私を含めスタッフ3人で町内でのスポーツ教室の企画、運



営などを行っています。なお、5年目を迎えた新十津川スポーツクラブですが、安定した部分を残しながら皆さんがさらに参加しなくなるような教室にするべく改革を進めています。

まずは健康を目的とする運動に取り組んでもらうため、今まで隔週(全4回)だったスポーツ教室を毎週(全12回)に変更し、継続参加してもらえよう開催回数の変更を行いました。

さらにキッズ教室の充実として、現在は北海道トップクラスのダンススタジオより講師を招き、ダンス教室を開催しているほか、8月からは世界チャンピオンを輩出した道場から講師を招き、空手教室の開催を予定しています。

また、5月から教室参加者の写真を、ダウンロードできるサービスを開始しました。

今後皆さんの意見をどんどん取り入れ、楽しく運動を続けることができるスポーツ教室を目指していきますので、よろしくお願ひします。

なお、今年冬には、空知管内初登場のニユースポーツが新十津川でできるかもしれませんよ。楽しみに待っていてください。



地域おこし協力隊 山森 和也

農 高通信

No.136

3年 小岩 昭太

高体連を終えて

5月21日(水)24日(金)に、砂川市日の出テニスコートで、硬式テニスの高体連空知支部大会が行われました。

今年度は、本校が当番校に当たっていて、部長の私が選手宣誓を行いました。初めての選手宣誓で、とても緊張しましたが、大きな声で自信を持って言うことができました。

私の試合結果は、ダブルス・シングルス共に初戦敗退となりました。プレイを意識して試合をすることができました。また、後輩の中には3回戦まで進んだ選手もいて、これからの練習を通して大きく成長してくれることを期待しています。

私はこの大会で新農硬式テニス部を引退しました。



図書館からのお知らせ



図書館 ☎76-3746 http://lib.net-bibai.co.jp/shintotsukawa/ 蔵書検索と図書館だよりはホームページからご覧いただけます。

○夏休み映画会

▼トムとジェリー 花火はすごいぞ (ほか6話(子ども向け))

日時 7月19日(金)
午前10時30分〜11時20分
午後3時〜3時50分



▼レスキューせん エリアスと海ではたらく仲間たち (子ども向け)

日時 7月20日(土)
午前10時30分〜11時50分
午後1時30分〜2時50分



▼極夜 記憶の彼方へ(角幡唯介の旅(ティーンズ〜大人向け))

日時 7月21日(日)
午前10時30分〜11時30分
午後1時30分〜2時30分



○自由研究の本展

工作や手芸、自然観察など、小学生の夏休み自由研究の参考となる本や読書感想文推薦図書の展示と貸し出しをします。

期間 7月19日(金)〜8月18日(日)



休館日カレンダー

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

■灰色の日が休館日です。
図書整理日：7月31日(水)

おすすめ本・DVD

DVD



「登山者に役立つ観天望気」
雲を読み、山の天気予測する「猪熊隆之」監修、解説雲などの自然現象から天気を予測する「観天望気」の基本やスマホを活用した情報収集、関連サイトを紹介。実際の気象遭難を取り上げ、実践できるノウハウも映像で紹介する。(58分)

児童



「ダーウィンの『種の起源』はじめての進化論」
サビーナ・ラデヴァ／作・絵 福岡 伸一／訳
なぜ生きものは環境に合わせて、さまざまな見かけや性質を身に付けることができるのか。ダーウィンの「種の起源」を美しい絵と文章で語り直す。

一般



「賢い子を育てる夫婦の会話」
天野 ひかり／著
これからは、夫婦の会話で「自分で考えて行動させる」子育てが大切。夫婦のコミュニケーションをラクにするのと同時に、子どもの力を伸ばす会話のコツを紹介する。



イベントカレンダー

Shintotsukawa Event Calendar



7月 8月	
9火	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)
10水	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) 2歳5～6カ月児健康相談 (13:30～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム (15:00～図書館) 体育協会50周年記念式典・祝賀会 (18:00～グリーンパーク)
11木	おはなしころりんミニ (10:30～図書館) 1歳8～9カ月児健康診査 (12:00～ゆめりあ) 3歳1～2カ月児健康診査 (12:30～ゆめりあ) 夏の交通安全運動 (～7/20)
12金	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)
13土	おはなしころりん絵本作家スペシャル「すずきもも」 (14:00～図書館)
14日	
15月	
16火	
17水	放課後おはなしタイム (15:00～図書館) 新十津川美術協会展 (～8/4 改善センター)
18木	子育て支援センター「水あそび」 (10:30～子育て支援センター)
19金	シルバーオリンピック (9:55～スポーツセンター) 夏休み映画会 (午前の部10:30～、午後の部15:00～図書館) 自由研究の本展 (～8/18 図書館)
20土	夏休み映画会 (午前の部10:30～、午後の部13:30～図書館) 小中学生夏休み (～8/18)
21日	第25回参議院議員通常選挙 (7:00～19:00) 夏休み映画会 (午前の部10:30～、午後の部13:30～図書館)
22月	
23火	ふるさと学園大学社会見学旅行 (～7/25)
24水	
25木	おはなしころりんミニ (10:30～図書館)
26金	
27土	第47回野外慈善ビールパーティー (15:00～改善センター前広場) 第33回しんとつかわふるさとまつり前夜祭花火大会 (20:40～改善センター前広場)
28日	第33回しんとつかわふるさとまつり (10:00～ふるさと公園イベント広場)
29月	
30火	児童館「バス遠足」(9:45～妹背牛カーリングホール)
31水	

8月 1木	
2金	大人の初心者水泳教室 (8/30まで毎週金曜日18:30～温水プール)
3土	おはなしころりん『ひんやり』のおはなし (14:00～図書館)
4日	
5月	まちづくり懇談会 (青葉・文京・弥生・花月・総進) (18:30～ゆめりあ) やまびこ① (10:00～ゆめりあ・改善センター)
6火	まちづくり懇談会 (大和・橋本・みどり・菊水・中央・徳富) (18:30～ゆめりあ) やまびこ② (10:00～ゆめりあ・改善センター) 町民ギャラリー「新十津川農業高校 学校の取り組み」 (～8/25 改善センター)
7水	やまびこ③ (10:00～ゆめりあ・改善センター) シニアいきいきクラブ「染物・織物教室」(10:00～文化伝習館)
8木	やまびこ④ (10:00～ゆめりあ・改善センター) おはなしころりんミニ (10:30～図書館)
9金	花・野菜技術センター公開デー (11:00～花・野菜技術センター) 小中学校閉庁日
10土	町内剣道大会 (10:00～尚武館)
11日	パークゴルフ大会 (8:00～サンウッドパークゴルフ場)
12月	
13火	小中学校閉庁日
14水	小中学校閉庁日
15木	
16金	
17土	おはなしころりん『きんぎょ』のおはなし (14:00～図書館)
18日	
19月	
20火	
21水	放課後おはなしタイム (15:00～図書館) 内海真治作品展「絵画と陶板画」(～9/8 図書館)
22木	おはなしころりんミニ (10:30～図書館)
23金	
24土	
25日	全町軟式野球大会 (8:30～ピンネスタジアム) 青空図書館 (13:00～図書館)
26月	
27火	新十津川中学校「美術作品展」(～9/16 改善センター) 子育て支援センター「バス遠足」(9:45～妹背牛)
28水	介護保険相談 (13:00～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム (15:00～図書館)
29木	長寿を祝う会 (11:00～改善センター)
30金	幼児フッ素塗布 (12:40～ゆめりあ) 妊婦歯科健診 (13:10～ゆめりあ)
31土	

文芸倶楽部

「いろは短歌会」

女孫二人地味なスーツも身につけて
襟のバッジに若葉風光る

野畑 満智子

二人の女孫が訪ねて来た。いつもの服装に似ず「地味なスーツ」で、勤務先の会社のバッジが襟元で光っている。職業人として踏み出した女孫への慈しみが、若葉風を通して祖母である作者の心に溢れてくる。嬉しい一首。

夏の日の草抜きは夕ぐれ時とする
かわずの声を涼しく聞きて

小林 悦子

家族の一員として、自分ができる仕事で家事に協力しようとの心が思われる。草取りではなく「草抜き」との語にも本格的な仕事ぶりがかがられる。蛙の声を聞きながら来月の短歌会の詠草など考えているのでは。

何事にも前向きに生きて終りたし
日目をばら色に染め上げながら

中井 富好

観念的な歌であるが、作者の思いは理解できる。「日目をばら色」に染めゆくの自分心次第である事を承知して、努力を惜しまない作者である。日常の作者のばら色人生がより輝くことをねがっている。