図書館だより

問合せ先　市立図書館　☎㉒0352　●休館日／毎週月曜日、第４木曜日及び祝日

新着案内　毎週水曜日開架

成人向け　書　名	筆者名	出版社
十字架のカルテ	知念実希人	小学館
自由に生きるための辞書 十字路が見える	北方　謙三	新潮社
〈銀の鰊亭〉の御挨拶	小路　幸也	光文社
帝都地下迷宮	中山　七里	PHP研究所
図説　マヤ文明 神々が宿る文明	嘉幡　茂	河出書房新社
移民の世界史	ロビン・コーエン	東京書籍

児童向け　書　名	筆者名	出版社
プレストとゼスト リンボランドをいく	モーリス・センダック	岩波書店
らくごえほん ごんべえだぬき	川端　誠	KADOKAWA
おひめさまになったワニ	ローラ・エイミー・シュリッツ	福音館書店
まいごのしにがみ	いとう みく	理論社
キッズペディア スポーツびっくり図鑑	小学館	小学館
琉球という国があった	上里　隆史	福音館書店

2月のアートギャラリーの様子

『人形展』（高橋 幽香子さん）

臨時休館日・図書整理日のお知らせ

3月20日（金）は祝日のため、休館します。
3月26日（木）は図書整理日のため、休館します。
※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため臨時休館とする可能性があります。ご利用の際は、事前に市ホームページまたは電話にて開館状況を確認してください。

今月のミニミニあーとぎゃらりー　西川　力（つとむ）さん『写真展』

メディカル通信

高齢者の転倒転落を予防しよう

医療安全管理者　石﨑　広宣

高齢化が進み、転倒転落による外傷の患者さんが当院でも増加しています。整形外科では、大腿骨頚部骨折や肩、手首、背骨の骨折や脳外科では、頭部打撲後の慢性硬膜下血腫での入院手術が年々増えています。これらの原因は、加齢に伴う筋力、バランス感覚などの運動機能や認知機能の低下です。

転倒転落を予防するためには、運動機能の維持と転びにくい環境を整えることが必要です。

運動機能を維持するためには、歩行や運動が重要になります。高齢になると腰痛や膝関節痛などの加齢痛により、動くことが億劫（おっくう）になります。医師と相談しながら、痛みがあっても日常生活での歩行や運動、人との交流をすることで筋力や認知機能低下を防ぐことができるようになります。

また、転倒の多くは排泄行動が原因になっています。排泄は本能行為であり、人には見せたくないものです。身体機能が落ちたり、認知症になったりしても、トイレには自分で行きたいものです。その人に合わせた物品や履物を揃えコード類などつまづきやすい物の整理をして環境を整えること、必要な援助を行うことが大切になります。

転倒転落は大きなケガにつながり、寝たきりの原因にもなるので、高齢者の周囲の人の援助や見守りが大切になります。

そして、転ばぬ先の杖で、不安があれば人に頼ることも必要です。

問合せ先
下田メディカルセンター　☎㉕2525

※内容等詳細は担当課にお問い合わせください。

乳幼児健診

健診日	内容	対象児生年月	受付時間	場所	担当課	電話番号	予約
4月10日（金）	1歳6か月児健診	H30年8・9月生	12:50～14:00	市役所別館和室・検診室	市民保健課健康づくり係	☎㉒2217	不要
5月 7日（木）	3歳児健診	H29年3・4月生					

4月の市民相談

相談日	内容	対象	時間	場所	担当課	電話番号	予約
4月 8日（水）	市民相談	どなたでも	10:00～15:00	市役所第2委員会室	市民保健課市民係	☎㉒2215	要予約
	法律相談	どなたでも	9:30～12:00	市役所第1委員会室			
4月10日（金）	年金相談	どなたでも	9:30～11:30 13:00～14:00	市役所大会議室	市民保健課国保年金係	☎㉒3922	要予約 ※当日の正午まで
4月14日（火）	2歳児健康相談	H30年3月生	8:50～ 9:50	市役所別館和室・検診室	市民保健課健康づくり係	☎㉒2217	不要
	2歳6か月児健康相談	H29年9月生					
4月22日（水）	市民相談	どなたでも	10:00～15:00	市役所第2委員会室	市民保健課市民係	☎㉒2215	要予約
4月27日（月）	市民定期健康相談	どなたでも	9:00～16:00	市役所別館和室	市民保健課健康づくり係	☎㉒2217	要予約

水道当番工事店　※修繕費は有料です

分担期間	工事店	電話番号
3月 2日～3月 8日	㈱外岡組	22－1769 22－1250
3月 9日～3月15日	斉藤住設	22－7245
3月16日～3月22日	㈲渡辺住宅設備	27－1300
3月23日～3月29日	ヤマト設備工業㈱	23－3570
3月30日～4月 5日	杉本設備工業㈱	22－3040

受付：「平日」午後５時15分～翌午前８時30分、
「土・日・祝日」午前８時30分～翌午前８時30分

子育てネットワーク通信

子育てネットワーク事務局　☎㉒2212

●**「カプラブロックフェスティバル」**について3月14日（土）に開催を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止することとなりました。

●**「これば！＆にこにこバザール」**※
日　時　3月28日（土）10時～15時
場　所　道の駅開国下田みなと

●**ひよこサロン**※（参加費無料）☎㉒3294（社会福祉協議会）
日　時　3月19日（木曜日）10時～正午
場　所　道の駅開国下田みなと　4階

※開催中止の可能性がありますので、ホームページ、子育てアプリ等を確認の上ご来場ください。

戸籍のまど

1月16日から2月15日届け分（敬称略）

お誕生おめでとう　明るく　すこやかに

	地区	氏名	保護者
1月届	西中	前島　茉白（ましろ）	秀哉
	吉佐美	髙木　奏佑（そうすけ）	晃宏
2月届	一丁目	齋藤　柚乃（ゆの）	和也
	四丁目	田中　柊麻（しゅうま）	竜司
	河内	大房　咲愛（さくら）	大祐
	吉佐美	井出かんな	隼人

謹んでお悔やみ申し上げます

	地区	氏名	死亡日	年齢
1月届	一丁目	櫻田すみよ	19	91
	〃	寺崎　豊治	29	87
	吉佐美	村主　夙子	30	89
	〃	菊池　充世	20	81
	須崎	土屋　智男	25	93
	〃	飯田　和夫	27	73
	白浜	楠山　多聞	26	76
	〃	飯田　菊重	16	75
2月届	一丁目	長田　勝行	8	82
	二丁目	野川　信枝	10	92
	三丁目	飛田八重子	1/31	89
	六丁目	高野たま子	12	70
	西本郷	白井　もと	5	99
	蓮台寺	長田　里子	4	93
	立野	鈴木　フク	1/29	88
	須原	土屋　幸子	1/31	94
	宇土金	野中八重子	2	91
	柿崎	長池　幸一	12	88
	須崎	浅野　忠子	10	83
	〃	田中　春子	11	99
	〃	田中　政弘	5	72

※戸籍のまどのコーナーに掲載を望まない方は、事前に係までお申し出ください。

人のうごき

住民登録人口　2月1日

		増減
男	10,225	－5
女	10,981	－19
計	21,206	－24
世帯数	10,225	
出生	6	転入 43
死亡	28	転出 45