

がん患者と家族のサポート

がん化学療法
看護認定看護師
白井 さおり

がん性疼痛
看護認定看護師
山田 真希

市民病院
外科医師
金子 猛 医師
監修

ID 751376216
(ほのか診察室)
問合せ 市民病院
(代表) TEL 22・2171

連載

新城市の死因の第1位は「がん」です。2人に1人はがんと診断され、今や国民病とも言えます。がん治療の基本は、手術・放射線治療・抗がん剤治療を含む「がんの進行に対する治療」と、主にがん性疼痛のマネジメントや精神的サポートを行う「緩和ケア」を同時に進めることです。両者を合わせて治療・ケアすることにより生活の質を維持しながら治療に取り組むことができます。

そのサポートをするため、新城市市民病院には2人のがん分野の認定看護師がいます。認定看護師は特定の看護分野において熟練した看護技術および知識を用いて、患者とその家族により良い看護を提供できるように専門性を発揮しながら、実践・相談・指導する役割を担っています。

■がん化学療法看護認定看護師の役割

薬の進歩により抗がん剤の種類も多様化し、副作用もさまざまです。新しい薬のオプジーボなどには、従来とは異なる副作用があります。治療を完遂・継続させるためには自宅でのセルフケアがとても重要です。患者や家族と一緒に副作用の対策を考え、自分に合ったケア方法を確実に行うことで副作用を最小限に抑え、安心して治療に臨めるようサポートします。

■がん性疼痛看護認定看護師の役割

がんの痛みを抱える方の苦痛を緩和するために、痛みの治療（鎮痛薬の使い方や副作用対策など）やそれに伴う心のつらさなどの相談を受け、医師・看護師・薬剤師などと相談しながら適切な薬剤の使い方を考えます。

がん患者にとって「痛み」は

とても深刻な問題です。がんによる痛みは、不眠や食欲低下、体重減少、疲労感などの身体的な苦痛だけでなく、不安や怒り、悲しみ、恐怖、気力の低下などの精神的な苦痛にもつながります。また、家族や職場など社会的にも影響を及ぼす場合もあります。このように「体のつらさ」と「心のつらさ」があることで自分らしく過ごせないという苦痛が生じてしまいます。

そういった不安を軽減し、痛みと上手に付き合っているよう1人ひとりに合った方法を探しながら闘病を支えていけるように支援します。

■私たちは全力でサポートします

新城市市民病院では、がん分野の認定看護師だけでなく、医師、薬剤師、管理栄養士、相談支援員、リハビリ技師などさまざまな職種と協力しながらチームでがん治療をサポートしています。ま



た、市内の開業医や歯科医とも連携を図り、患者さんの闘病を支えています。

がん療養で不安なこと、お困りごとがあれば、かかりつけの医療機関または新城市市民病院へご相談ください。



しんしろー家康紀行ー

鳳来寺から始まる家康の生涯

ID 305286718
問合せ 設楽原歴史資料館 (TEL 22・0673)

来年1月から始まるNHK大河ドラマ「どうする家康」の放映にあわせて、今月号から新城と徳川家康の関わりを紹介します。

命を繋ぐ山、鳳来寺

今から1300年ほど前の大宝2年(702)に、利修仙人によって鳳来寺は開かれました。その始まりは文武天皇のご病気を治したことに由来しており、薬師如来をご本尊とした鳳来寺は古くから三河国の名刹として知られていました。

また鳳来寺山は殺生禁断の地としても知られており、多くの人々の命を守ってきました。鳳来寺山に命を救われた人の中には鎌倉幕府を開いた源頼朝や徳川四天王の1人である井伊直政などがあります。



▲源頼朝が寄進した石段

鳳来寺に込めた願い

鳳来寺は徳川家康の生誕にも関わっています。

室町時代も中頃を過ぎると、足利將軍家の権威は落ち、日本は戦乱の世へと移り変わっていました。安城で力をつけてきた若き武將松平清康が東三河に勢力を伸ばし、三河国の平定を成し遂げます。しかし、家臣の謀反に遇い、命を落としてしまいます。その子広忠は敵から攻められたり、身内からも圧迫を受

けたりしたため、松平家を維持するのが精一杯でした。

やがて成人した広忠は妻にお大の方を迎えます。広忠とお大の方は父清康のように強く、再び松平家を盛りたててくれるような子を授かるようにと鳳来寺の医王院に籠もります。ある夜、不思議な霊夢を見た2人は山を下り、やがて家康を産みます。



▲鳳来寺本堂

真達羅大将の生まれ変わり

薬師如来には12人の眷属(けんぞく)



▲鳳来寺山地図

をお守りする家臣)がおり、それぞれ干支の守り神とされています。家康は寅年の生まれです。家康が産まれると寅の守り神である真達羅大将像が鳳来寺から消え去り、家康が亡くなると元の位置に戻ってきましたという伝承が残っています。真達羅大将の生まれ変わりが家康だとも伝えられるようになりました。



問合せ:市民自治推進課(TEL.23-7612)



今年度の若者議会で取り組むテーマが決まりました。

委員はそれぞれのテーマに沿った委員会に所属し、政策を検討していきます。

観光

市の魅力をたくさんの方に知ってもらい、市内の方も市外の方も自然で癒やされるまちを目指して頑張ります！



交流

地域での交流を通し、繋がりを構築することで、災害時などでも市民同士で助け合いのできるまちを目指します！



教育・子育て

私たちはまだ教育や子育てを経験していませんが、客観的に現状を見つめ、子育てがしやすいまちになるように一生懸命考えます！



中学生が地域を考える つなげる地域と若者の輪事業

中学生4人がつなげる地域と若者の輪事業に参加しました。まずは、自分たちが思う地域の魅力と課題を発表。その後、若者議会のメンバー5人と一緒に魅力を生かす方法や課題の解決方法を話し合いました。

中学生の意見（一例）

課題▶歩道にゴミが落ちている。

解決方法▶ゴミ拾い大会を開催して、楽しみながらまちをきれにする。

感想

- 自分でも地域のためにできることがあると知った。
- 話し合ったことを実現させたい。



参加した中学生と
若者議会メンバー

たくさんの意見を
出し合いました▶





問合せ:作手地域課(TEL.25-7875)、健康課(TEL.23-8551)、地域医療支援室(TEL.23-7671)、市民病院(TEL.22-2171)

細菌とウイルス

新型コロナウイルスは本来、人には感染しない種類でしたが、遺伝子変異により人にも感染する能力を獲得しました。

感染の原因となる生物

「病原体」

集団食中毒で問題となる*おしいちごーなな* *O157*は大腸菌という細菌です。これに対し、新型コロナウイルスはウイルスです。「細菌とウイルスは別物なの？」って思う人もいるかもしれませんが。実は全く違うのです。

細菌とウイルスの違い

料理に例えて説明しましょう。コックさんは何を調理するかを決めたら初めにレシピを確認します。その後、食材を取り寄せ、下ごしらえをして、調理をします。生物の細胞でもこれと全く同じ作業で、10万以上とされる生存に必要なタンパク質が作られています。

レシピに相当するのは遺伝子で、調理場やスタッフにあたるのが細胞室と呼ば

れるところです。細菌はこの両方を備えている最小の生物です。生物なので環境さえ整えば自立して生きることが出来ます。これに対し、ウイルスはほぼ遺伝子のみで構成されているので、寄生した生物の細胞室を乗っ取って増殖します。

病原体の確認は

約100年前

細菌の存在が確認されたのは17世紀で、オランダ人のアントニー・レーウィンのフックが顕微鏡を発明したことがきっかけです。細菌は人の細胞よりもはるかに小さいので分析が難しく、病原体であることが確認されたのは19世紀末です。ウイルスはさらに小さいので電子顕微鏡が発明された1937年以降に見つかりました。人類が病原体の存在を知ったのは100年ほど前のことだったなんて、意外にびっくりですね。



文責

名古屋大学医学部特任教授 平田仁

ニューキャッスル・アライアンス

デイビッドだより



問合せ:市民自治推進課(TEL.23-7697)

寄附総額 5,590,197円

集まった寄附金はウクライナからの避難民を支援しているスロバキア共和国のノヴェ・ザムキー、ラトビア共和国のヤンピルス、チェコ共和国のノヴェ・フラディに送金しました。各地で食料や医薬品などの提供、宿泊施設の運営や子どもたちの教育活動の費用として使っていただきます。



▲デイビッド・フォークナーさん

ニューキャッスル絆募金にご協力ありがとうございました。



▲避難民へ配布する支援物資



▲避難民の書類作成を支援するボランティア

©Robert Duffer Rozmberk Society



マイナちゃんからの

お知らせ！

vol
5

問合せ:情報政策課(TEL.23-7612)

今月は「マイナポータル」についてお伝えします！

■マイナポータルとは

政府が運営するオンラインサービスです。スマートフォンなどで利用でき、マイナンバーカードを読み取ることでログインできます。

※専用アプリのインストールが必要です。

■マイナポータルでできること

●わたしの情報

行政機関が保有する自分の税情報、世帯情報などを確認できます。

●やりとり履歴

自分の情報が行政機関間でやりとりされた履歴を確認できます。

●もつとつながる

国税電子申告・納税システム(e-Tax)や、ねんきんネットなどの外部サイトとの連携ができます。

●公金受取口座登録

公金受取用の口座情報を一つ登録できます。変更も随時可能です。

●健康保険証利用申込

マイナンバーカードの健康保険証利用のための事前利用申込ができます。

●医療情報の連携

自分の薬剤情報、医療費通知情報、特定検診情報の確認ができます。

■マイナポータルを活用してみましよう！

マイナンバーカードの普及により、今後マイナポータルでできることも増えていくと見込まれています。便利なサービスをぜひ活用しましょう。

■支所でのマイナンバーカード受け取り可能日

ID 488707294

鳳来総合支所 9月14日(木)、28日(木)

作手総合支所 9月1日(木)、15日(木)

※前日の17時までに電話で

市民課(TEL23-7628)へ予約してください。

谷中分水界



再発見！

わがまちの文化財・施設紹介

vol
195

問合せ:鳳来寺山自然科学博物館(TEL.35-1001)

普通の山地では、山の尾根が1つの水系の河川と別の水系の河川を分ける分水界になっています。しかし、山地の頂部がなだらかなった準平原では尾根ではなく1つの谷の中に分水界ができることがあります。そのような珍しい現象が作手清岳で見られます。広い谷中の平地の中が水路のようになっています。一見すると水の流れていないように見えますが、よく観察するとよく観察するととゆっくりと流れています。ここの水は一部が北側へ流れて矢作川に合流し、残りの水は南側へ流れて豊川に合流します。



矢作川と豊川を比較すると、矢作川はなだらかな川であり、豊川は急流です。急流の方が侵食する力が強く働きます。両者が接するここの谷中分水界では豊川の方がより多く谷を削るため、分水界は今後北側(矢作川側)へ移動していくものと考えられます。

9月の休館日 20日(火)、26日(月)～30日(金)

開館時間 9:00～20:00

※休館日や開館時間は新型コロナウイルス感染状況により変更する場合があります。



新城図書館だより

※「背ラベル」は、本を分類して書棚に並べるために決めた、本の住所ラベルのことです。 問合せ:新城図書館(TEL.23-2333 FAX.24-3415)

今月のチュウモク本!



一般書

「^{はし}修羅^{いとう じゅん}奔る夜」

伊東 潤／著
背ラベル 913.6イ22

病に倒れたねぶた師である兄の思
いを継ぎ、紗栄子は絵筆を持つ。
歴史小説家の著者が令和を舞台
に女ねぶた師をいきいきと描く。



一般書

「^{すく}掬え^{せお}ば手には」

瀬尾 まいこ／著
背ラベル 913.6セ22

人の心が読める能力を持つ大
学生の匠と、辛い秘密を抱え、
心を閉ざしている常盤さんとの
切なくも温かい物語。



児童書

「みどりの森のなかまたち」

たかどの ほうこ／編著
背ラベル 91ミ22

のはらお婆さんと“のはらクラブ”
の子どもたちが歩く夏の森は、
楽しくて、おどろきに満ちていて…。
シリーズ18年ぶりの新作。



児童書

「タガヤセ!日本」

YA本

^{しらいし ゆうせい}白石 優生／著
背ラベル 61タ22

現役の農林水産省職員であり
ながら、YouTuberでもある
著者が、日本の農作物や日本
の農業の未来について語る。



絵本

「ねずみくんはカメラマン」

なかえ よしを／作
^{うえの のりこ}上野 紀子／絵
背ラベル ね22

ねずみくんは仲間の「じまんで
きる大切なもの」をさつえいす
ることに。ぞうは鼻、ライオンは
たてがみ、さてねずみくんは…。



絵本

「まっくらあそびしようよ!」

はた こうしろう／作
背ラベル ま22

部屋が暗くて、こわくて眠れず
にいと、お兄ちゃんが影遊び
や、ライトアートを教えてくれて
…。夜が楽しくなる絵本。



～臨時休館のお知らせ～

図書館システム更新のため、
新城図書館およびついで交流館図書室は
9月26日(月)から9月30日(金)まで臨時休館します。

臨時休館に伴い、両館で、9月11日(日)から
9月25日(日)まで1人15冊・3週間までの特別貸出を行います。

休館中に、本を返却される場合は、
新城図書館または各総合支所の
ブックポストへ返却してください。



生涯学習イベント情報

市ホームページ



マナビノビラ



オクラとろろの 冷やし吸い物

材料(4人分)

オクラ……………100g
塩……………少々
だし汁……………100cc
① 塩……………小さじ1/4
しょうゆ……………少々
だし汁……………200cc
焼き海苔……………適量

レシピ：農村輝きネット・しんしろ



豆知識

オクラは東北アフリカ原産で、高温性で光を好む夏野菜です。オクラの粘り気には、ムチンやペクチンなどの食物繊維が含まれ、消化を助けて胃腸を保護する整腸効果があります。それ以外にもカロチンやビタミン群の多い栄養豊富な野菜なので、オクラを食べて季節の変わり目を乗り切りましょう。

しみんのトビラ

問合せ:秘書人事課(TEL.23-7623)

作り方

- ① オクラはヘタを取り、ガクの固い部分を取り除く。塩少々を振って板ずりし、熱湯でサッと茹でたら、すぐに冷水にとって水気を切り、細かく刻む。
- ② ①のオクラと①の材料をミキサーに入れ、とろろ状になるまで攪拌する。
- ③ ②にだし汁を加えて溶きのばす。
- ④ 椀に盛って、手で揉みほぐした焼き海苔をちらす。

自然農法セミナーin新城

農薬や化学肥料、除草剤などをできるだけ使わない、安全で安心して食せる健康な野菜と一緒に作ってみませんか？作り方を勉強してみませんか？楽しく学べるセミナーです。



第1講座 9月4日(日)

自然農法とは、秋野菜の管理について

第2講座 10月8日(土) 土づくりの考え方

第3講座 11月12日(土) 種について

第4講座 12月10日(土) 野菜の硝酸態窒素と食育講座(たべもののおはなし)

時 間 9:30~11:30

会 場 新城文化会館304会議室

受講料 各回1,000円

講 師 板坂康行氏(株)MOA商事 自然農法普及員

そ の 他 受講したい講座に参加できます。

問 合 せ 夏目雅史 (TEL080-8975-1613)

在住外国人と学ぶ！防災体験会

「もしも」の災害に備えるための防災体験会です。市の防災アプリの紹介、使い方の解説や、災害時に役立つグッズの紹介、お子さんと一緒に実践できるけがの応急処置。おみやげあり、ポルトガル語通訳あり。



協会公式LINE

日 時 9月17日(土)10:00~11:30

場 所 市役所3階災害対策本部室

定 員 15組(先着順)、お子さま連れOK

参加費 無料

申 込 9月9日(金)17時までに電話、メール、またはLINEで参加する人全員の①氏名(ふりがな)、お子さんは年齢②国籍③電話番号とメールアドレスをお知らせください。

その他 新型コロナウイルス感染拡大状況により延期または中止する場合があります。

問合せ 新城市国際交流協会 (TEL23-1940)

E-mail: siea@tees.jp

市民の皆さんからの情報をお待ちしています。イベント紹介や募集、地区の出来事など皆さんからの耳よりな話をお寄せください。



全国大会出場

6月28日(火)

豊川高校の写真部、ダンス部、ソフトボール部がそれぞれ全国大会に出場します。市内在住の選手が市長に全国大会への意気込みを報告しました。

上左から、ダンス部の岡田妃華さん、生田莉央音さん、大藏愛美さん、洞口詩葉さん、長坂優亜さん、田中来奈さん、田中望愛さん
下左から、ソフトボール部の井口真念さん、小林洋輝さん、松井龍望さん、写真部の渥美満優子さん

ご寄附ありがとうございます

6月29日(水)

豊橋市向山でピザ店を経営する綿引裕三郎さんから、地域の森林環境保全のために寄附をいただきました。この寄附金は森林整備の財源として活用させていただきます。



最速参拝競争 in 鳳来寺 2022

7月2日(土)

鳳来寺山の石段1,425段を誰が最も早く駆け上がることができるか、140人がタイムを競いました。男子優勝者は8分13秒、女子の優勝者は10分58秒でした。出場した選手は「きつかったがまた出たい」と来年の出場へも意欲を語っていました。

オセロで全国大会出場

7月11日(月)

松下潤生さん（東郷西小学校4年生）は7月31日（日）東京で行われるオセロ小学生グランプリ2022決勝大会へ出場しました。松下さんは「優勝目指して頑張りたい。来年はお兄ちゃんと一緒に全国大会に出場したい」と意気込みを市長へ伝えました。



9/17(土) 8:00～、9/18(日) 19:00～
 9/24(土) 8:00～、9/25(日) 19:00～

2022年
第38回 豊橋市中学校
英語スピーチコンテスト

ライフポートとよはしで8月29日(月)に行われた「第38回豊橋市中学校英語スピーチコンテスト」。
 豊橋市内の各中学校の代表生徒23名が、自分の考えや体験を英語でスピーチしました。
 発表の模様を日本語訳とともにお届けします。



画像は昨年度の様子です



田原祭り

五町合同花火大会

～打ち上げ花火～

生中継 9/18(日) 19:30～

ティーズでは、打ち上げ花火の模様を生中継でお届けします！
田原の夜空を彩る華麗な花火をぜひご覧ください！

うちの
テレビで
楽しもう！

今年の花火大会は
無観客での
開催となります

市議会 定例会

豊橋市、田原市、新城市の各議場から
 一般質問の模様を生中継します。
 ※放送日程は変更する場合がございます。
 あらかじめご了承ください。



- | | | |
|--------------------|--------------|--|
| 豊橋市 | 12ch | |
| ▶ 9/5(月)・6(火)・7(水) | | |
| 午前10:00～ | | |
| | | |
| 田原市 | 12ch | |
| ▶ 9/1(木)・2(金) | | |
| 午前10:00～ | | |
| | | |
| 新城市 | 113ch | |
| ▶ 9/5(月)・6(火)・7(水) | | |
| 午前10:00～ ※7日は予備日 | | |

もっと
ティーズチャンネルを
たのしもう！

FacebookやTwitterのティーズ
 チャンネル公式アカウントでは、番
 組では紹介できない情報など更新
 しています(^^)/
 ぜひ、フォローしてくださいね♪



フェイスブック

ティーズ



ツイッター

@teeshensei

放送日程・内容は変更になる場合があります