



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

手術後の傷をきれいに治す

監修 市民病院 手術課

手術後の傷がきれいに治るよう

にするために、入院前から皆さんができることがあります。

手術前後の注意事項について、どうして必要なのかその理由を知っていただき、お役に立ててください。



禁煙しましょう

喫煙は、いろいろな合併症発生の危険因子であると言われています。たばこの煙に含まれるさまざまな成分が正常機能を弱めます。

◆受動喫煙

受動喫煙とは、まわりの人の喫煙によって吐き出される煙（呼出煙）や、たばこから立ち上る煙（副流煙）を吸わされてしまうことです。

◆喫煙の影響

・傷の治りに重要なコラーゲンの産生量が低下する。
・血液の酸素含有量を低下させる。

◆血液中の酸素の役割

・細胞のエネルギーを生み出す。
・血行を改善する。
・血液中の酸素が増えたと血管の内壁に付着したコレステロールなどの不純物を一緒に流して血液そのものを浄化し清浄にする。

受動喫煙も手術後の経過に悪影響を及ぼします。家族が手術する場合は禁煙しましょう。

禁煙期間は長いほどよく、短期間でもある程度の効果があることがわかっており、手術4週間前からの禁煙が推奨されています。傷の治りが遅くなるリスクが減少し、傷の感染の予防効果が期待されます。また、手術後

も禁煙を継続することで、病気の経過を改善させることができます。

◆加熱式タバコと電子タバコ

加熱式タバコが従来のタバコよりも健康に与える影響が少ないという科学的証拠はありません。

ニコチン非含有電子タバコも多くの有害物質が発生していることが確認されています。

手術前後は、加熱式タバコと電子タバコも同じように禁煙しましょう。



アルコールを控えましょう

アルコールには血流を良くする作用があるため、傷の炎症を悪化させたり出血しやすくなり、塞がりかけた傷口がまた開いてしまったりする可能性があります。飲酒可能な時期については、主治医に確認しましょう。



栄養状態をよくしましょう

栄養不良は、手術後の傷を治すことを遅延させることが示されています。食事制限のない期間でも規則正しい生活を送り、栄養状態をよくしましょう。



入浴や運動を控えましょう

手術後に長時間の入浴や激しい運動をすると、体内の血流が良くなるので、傷口から出血するリスクが高まります。シャワー、入浴や運動については、主治医に確認してから行いましょう。





問合せ:鳳来寺山自然科学博物館(TEL.35-1001)

乳岩峡のコケ植物

新城市川合にある乳岩と乳岩峡は、国の名勝・天然記念物です。豊川の上流に位置し、鳳来寺山が近くにあります。乳岩峡一帯は流紋岩質凝灰岩地帯で、内陸山地でありながら、気候が温暖で、暖かい地域を好む植物が多く、植物の種類も豊富で鳳来寺山と相並んでよく知られています。

乳岩峡ではリュウキュウイクビゴケ、スズキイクビゴケ、イサワゴケ、キタガワシロクサリゴケ、マルバソコマメゴケといった全国的にも希少なコケ植物の生育が確認されています。また、流紋岩質凝灰岩中に石灰分が含まれているため、石灰岩を好むコケ植物も確認することが出来ます。

乳岩峡には細い支流がいくつも見られますが、そのような支流に入ると、ホベリミズゴケが湿った岩上に群落を形成しています。ミズゴケの仲間は寒い地域でよくみられますが、ホソベリミズゴケは珍しく暖かい地域を好む種で、乳岩峡の気候が温暖であることの指標となります。また、川沿いでは樹木の枝から糸状に垂れ下がるキヨスミイトゴケを確認することが出来ます。このコケ植物は湿度が高い場所を好む種で、乳岩峡が川の影響で高い湿度を保っていることの指標となります。乳岩峡に訪れた際は植物を見ながら、その環境について考察してみると面白いと思います。



▲キヨスミイトゴケ



考えよう!

ごみの減量

問合せ:生活環境課(TEL.23-7629)

ペットボトルの
水平リサイクル

ペットボトルは資源として回収し、水平リサイクル(ボトルtoボトルリサイクル)を実施しています。これは使用済みペットボトルを原料として、新たなペットボトルを作るリサイクルの手法で、新城市では令和5年4月から取り組みを開始しました。

ペットボトルは繊維やプラスチック製品にリサイクルされた場合、使用された後、最終的には焼却されています。しかし、水平リサイクルでは繰り返しペットボトルに再生することができ、新たな石油原料などの使用量を削減することが出来ます。

ペットボトルの飲み口や底部分の色を見るとリサイクルペットボトルかどうかを見分けることができます。素材が薄茶色なのは、リサイクル素材で作られたペットボトルになります。



使用済ペットボトル回収量(令和5年度) 約69.4トン
売却金額 約521万円



奥三河ミライバレープロジェクト

vol
21

問合せ:総合政策課(TEL.23-7696)

令和6年9月30日から1月10日まで、「道の駅もつくる新城」(以下、道の駅)で、カメラやAIによる計測精度を向上させるため、人と車の全体的な動きと、高速バス乗客の入店状況を計測しました。

本件は、奥三河ミライバレーの産学官連携(新城市・名古屋大学・株式会社ナックイメージテクノロジ)プロジェクトとして実施しました。道の駅屋外全体と店舗前通路に設置した8台のカメラの画像をAIで計測し、時間単位でカウントしました。実験は統計処理された数値データのみを研究成果として、本年に学会などに発表予定です。本結果は、市観光課と共有・議論しており、現状の定量把握(見える化)と将来の道の駅内の安全対策などの活用検討に役立てられたらと思います。

文責 名古屋大学
未来社会創造機構
特任准教授 吉川正



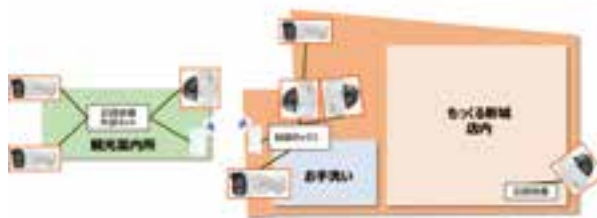
▲道の駅もつくる新城 計測した歩行者動線例

【観光案内所】

カメラ計3台・記録装置1台
外部ネットワーク(確認用)

【もつくる新城店舗】

カメラ計5台・記録装置1台
※観光案内所・店舗間を無線でデータ送信



▲道の駅もつくる新城 計測カメラレイアウト



しんしろ学校給食通信

vol
23

問合せ:学校給食課(TEL.22-9906)

今月は給食センターでお米が炊き上がるまでの流れを紹介します。

給食センターでは、炊飯システムと呼ばれる設備でお米を炊きます。このシステムで、洗米・炊飯・蒸らしまでを機械で行うものです。

始めに、精米を手作業で納米庫へ充填します。設定した時間になると、納米庫の精米が洗米機へ自動で移され洗米機で洗米されます。

洗米された精米は規定量を専用釜にセットし、ガスバーナーのトンネルの中へ移動させます。専用釜は火のトンネルをゆつくりと移動しご飯を炊き上げます。その後反転蒸らし機で熱々の専用釜を反転させ蒸らしを行います。

蒸らしが完了したご飯は、食缶に詰められ、配送準備完了とまります。



▲炊き上がったお米の様子



▲炊飯システム(全体像)

ヌシャテルで開催される
写真展に出展しませんか？



デイビッド・フォークナーさん

ニューキャッスル・アライアンス会議の加盟都市であり友好都市である
スイスのヌシャテルから写真展の案内が届きました。写真を出展したい
という方はぜひ市民自治推進課へお問い合わせください。

テーマ▶平和のための写真展

内容▶各地域で行われている祭りやスポーツ大会、異なる文化を結びつ
ける芸術活動などの写真を募集し展示します。(市内活動に限る)

対象者▶市内在住、在学、在勤の方

申込▶電話または申込フォーム

締切▶3月3日(月) 17:00 まで

その他▶応募多数の場合は抽選とさせていただきます。

詳しくは市ホームページをご覧ください。



ニューキャッスル・アライアンス

デイビッドだより

vol
52

ID 508973401

問合せ:市民自治推進課(TEL.23-7697)



▲写真イメージ (スポーツ大会)



▲申込フォーム



▲写真イメージ (芸術活動)

3月の休館日 17日(月)、31日(月)

開館時間 9:00~20:00

新城図書館
ホームページ



新城図書館だより

〈今月のチュウモク本〉

一般書

「3000円ではじめる
しあわせ趣味時間」

モチダ ちひろ／著

背ラベル 790.4円24



趣味探しを先送りしていた漫画家が、一念発起し
て、18もの趣味の中から一生ものの趣味探しに
挑戦します。条件は初期費用3000円以内！
楽しめて、参考にもなるコミックエッセイです。

問合せ:新城図書館(TEL.23-2333 FAX.24-3415)

その他の新刊実用本を紹介します。

「人は話し方が9割 2」

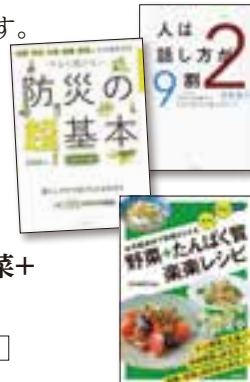
ながまつ しげひさ
永松 茂久／著 361.4円24

「今さら聞けない防災の超基本」

ながた ひろかず
永田 宏和／監修 369.3円24

「お手軽食材で栄養がとれる野菜+
たんぱく質楽々レシピ」

かなまる えりか
金丸 絵里加／監修 596.3円24



利用者カードをお持ちの方へ ～パスワード登録でWEBサービスを利用しよう!～

図書館ホームページで、パスワードとメールアドレス
を登録すれば、便利なサービスが受けられます！

4月からの新サービス(希望者のみ)

- 返却期限3日前になると、お知らせメールが届きます。



現行サービス

- 貸出中の本に限り、3冊まで予約できます。
- 予約本が返却されると、メールで連絡が受け取れます。
- 返却期限内で、予約がなければ、1回だけ延長ができます。



問合せ:福祉課(TEL.23-7624)

新城市には「新城市福祉従事者がやりがいを持ってき続けることができるまちづくり条例」があります。福祉に関わる仕事は多岐にわたり、私たちの生活に欠くことはできません。やりがいと魅力ある「福祉のお仕事」を隔月で紹介します。

コミュニティソーシャルワーカー(CSW)

これまでの社会保障制度では、高齢・障がい・子ども・生活困窮の各分野の専門的な相談支援機関につなぎ、情報共有やニーズ把握などを行い課題解決に向けた対応に努めてきました。

しかしながら近年では課題が複雑化・複合化したケースが増加し、従来の支援体制ではケアしきれない事例が顕在化されています。

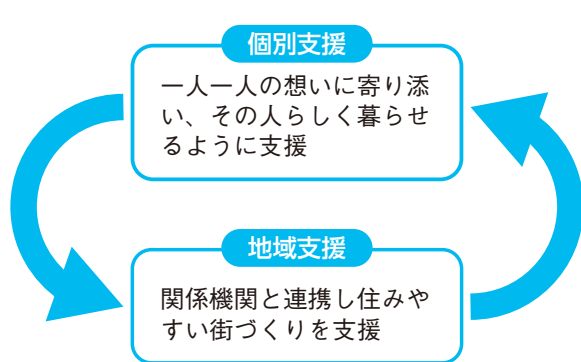
こうした状況から社会福祉法が改正され、地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応するため「重層的支援体制整備事業」が新たに創設され、新城市では令和6年4月1日から施行されました。

今回は重層的支援体制整備事業においてコミュニティソーシャルワーカー(以下CSW)という役割を担う仕事について紹介します。

CSWとは

CSWは地域において支援を必要としている方を把握し声を聞き、関係機関や地域住民と連携し自立に向けた個別の支援を実施します。それと同時に個別の課題の中にある地域の課題を見出し、地域の課題に向き合きかけていきます。

社会福祉協議会に業務を委託しており、社会福祉協議会に所属するCSWが支援を行っています。



CSWの声

(新城市社会福祉協議会CSW)

年齢、障がいの有無などに問わず、様々な問題や生活のしづらさを抱えている世帯や、支援が必要なのに受け入れを拒んでしまう方、支援がまだ行き届いていない方への訪問相談を行っています。

また、地域の方々とも協力しながら、関係機関の役割を整理し、支援の方向性を検討する支援会議への出席や対象者が社会との繋がりを持てるためのお手伝いをしています。

支援会議を通じて、これまで関わる事がなかった関係機関同士の繋がりができ、対象者が地域で安心してそのひとらしい生活ができるための方法や生活を応援する仲間づくりをしています。

一方で、事業が開始されてまだ1年経過しておらず、CSWの存在や役割が知られていないという現状があります。支援を必要としても行き届いていない方を早期に見出すには地域住民との連携が不可欠になります。そのためにもCSWが地域に出て、地域住民や関係する機関と関わっていくことが重要です。

これから、CSWが地域にお邪魔することがあると思います。「どこに相談したらいいかわからない」「あの人大丈夫かしら」といった方が見えたらご相談ください。



今月のレシピ

しみんのトビラ

野菜の肉巻き

作り方

- ① 大根と人参は皮をむき、長さ5～6cmで5～6mm角の細切りにし、塩少々を加えた熱湯で4～5分茹でてザルに上げておく。同じ湯で小松菜をサッと茹で、5～6cmの長さに切る。
- ② 豚もも薄切り肉を1枚ずつ広げて塩こしょうを振り、粗熱の取れた①の野菜を2～3本ずつ載せて巻く。同様にして肉巻きを12本作る。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、肉の巻き終わりを下にして中火で2～3分焼いてひっくり返し、フタをして5分程蒸し焼きにする。
- ④ 肉に火が通ったら、しょうゆ、酒、みりん、砂糖を混ぜ合わせて作ったタレを加え、転がしながら焼く。
- ⑤ タレが全体に絡まったら火を止め、肉巻きを皿に盛り付ける。レタスの葉適量と1/4にカットしたみかんを添える。



レシピ：農村輝きネット・しんしろ

材料(4人分)

豚もも薄切り肉 …… 300g
大根 …… 1/4本
人参 …… 小1本
小松菜 …… 1/2束
塩・こしょう …… 適量

サラダ油 …… 大さじ1
しょうゆ …… 大さじ2
酒 …… 大さじ2
みりん …… 大さじ2
砂糖 …… 小さじ1

付け合わせ

・レタス …… 1/4個
・みかん …… 小1個

問合せ 農業課(TEL23-7632)

春季新城書道展

新城書道クラブ恒例の春の展覧会を開催します。春らんまん、墨の香りと筆の躍動をお楽しみください。

日時 3月28日(金)～30日(日) 10:00～16:00 場所 新城文化会館展示室

費用 無料

問合せ 新城市文化協会書道クラブ 金子(TEL22-3196)

新城吹奏楽団スプリングコンサート

日時 3月23日(日)14:00～(開場13:30) 場所 富岡ふるさと会館

費用 無料

曲目 ヴィヴァルディの四季より「春」第1楽章、宮崎駿アニメファンタジー ほか

問合せ 新城吹奏楽団 河合(TEL23-0713)

「お口を育てる」ってなあに?～口腔機能発達を学びませんか～

正しく歯を磨く大切さを学び、習慣づけをしましょう♪

日時 3月11日(火)10:45～11:50

場所 西部公民館(ちさと館)

費用 無料

申込 申込フォームからお申し込みください

対象 どなたでも(託児は先着15組)

問合せ 子育てネットワークしんしろ 生田(メール masa.chi.koto@gmail.com)



▲申込フォーム

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。
問合せ 23-7623 (秘書人事課)



アフリカなど開発途上国7か国の医療従事者が新城市民病院で「へき地医療」について意見交換

12月6日(金)

開発途上国の医療従事者を対象としたJICA(国際協力機構)課題別研修「感染予防と管理」プログラムの一部「へき地医療」について、新城市民病院で情報交換を行いました。

どこの国も都市部と「へき地」の医療従事者の偏在などが課題であることが再認識できました。短い時間でしたが、参加者は有意義な時間を過ごしました。



大東牧場が農林水産大臣賞を受賞

12月23日(月)

牛の体型など優秀な乳牛を選ぶ愛知県ホルスタイン共進会で、大東牧場(作手田原)で飼育しているイーストファームドロリッチアーロンが最優秀賞である農林水産大臣賞を受賞しました。この日は市長に受賞報告をし、喜びを伝えました。

来年度は全国大会が開催される年で、全国大会への出場を勝ち取り結果を残せるよう、今後も頑張っていきたいと語りました。



鳳来寺田楽が行われる

1月3日(金)

国指定重要無形民俗文化財である鳳来寺田楽が鳳来寺本堂前の田楽堂で行われました。

この日は初詣などで鳳来寺山に訪れた多くの観客の前で田楽が行われました。



令和7年成人式が行われる

1月12日(日)

新城文化会館大ホールで成人式が行われ、337人の成人が参加しました。

式典では、恩師メッセージ上映、誓いの言葉などが行われました。式典の最後には、テーマ「ライト～光輝燦然～」にちなみ各自のスマートフォンで会場を照らしました。



加山興業株式会社と包括連携協定を締結

1月15日(水)

環境への負荷の少ない循環型社会の形成や地域の活性化を図ることなどを目的するため、加山興業株式会社(豊川市)と協定を締結しました。今後、新たにリサイクル可能な製品の調査・検討を行います。また、3月9日(日)にはリサイクルに関する市民環境講座を開催します。(2月号10ページ)



新城消防祭が行われる

1月19日(日)

昨年に引き続き2回目の開催となった新城消防祭。来場者は式典や消防体験ブースを通じ、消防、防災をより身近に感じていました。子どもたちは乗車する機会が少ない消防車両などに興味深々でした。

