

安心安全情報

火災・救急発生状況

種別	4月	累計	昨年
建物	3	7	+1
林野	0	4	±0
車両	0	0	±0
その他	0	4	±0
救急	156	646	+9

交通事故発生状況

種別	4月	累計	昨年
人身	20	77	-11
物損	71	287	-18
死者	0	0	±0
負傷者	21	89	-14
全国死者	1117		(昨年同期比 -12%)

大雨・台風災害に注意！



毎年、全国各地で大雨や台風による大きな被害が発生しています。被害を未然に防いだり最小限に抑えるために、大雨台風の時期の前からあらかじめ次のような点を確認・準備しておくことが重要です。

家外の備え

○窓や雨戸は鍵をかけ、必要があれば補強をする。
○側溝や排水溝の掃除を済ませ、水はけを良くする。

○風で飛ばされそうな物は、固定したり家の中に入れておく

家の中の備え

○非常用品（懐中電灯、救急医療品、貴重品など）を確認しておく
○物が飛んでくることに備えてカー

テンやブラインドを下ろす
○飲料水や生活用水を確保する
避難所の確認など
○避難所までの経路を確認し、家族で連絡方法について話し合っておく
○状況を確認したら早めに避難し、避難が遅れた場合は自宅などの建物の安全な場所に留まっておく
それ以外にも大雨が降っているときや台風が接近しているときは、テレビ、ラジオ、インターネット、防災メールなどにより最新の気象情報を確認し、早めに対応できるようにしておきましょう。また、住んでいる地域で過去に災害が発生したことがあるか、災害発生の危険性などについても確認しておきましょう。

みんなで学ぶ 子育て広場

今月号から子育てに関する情報やお寄せいただいた質問などをこのコーナーでご紹介していきます。

子育て支援課 桑原 裕幸さん



児童手当の申請と現況届はお忘れなく。

見 児童手当の申請はお済みですか？

児童手当は、家庭などでの生活の安定とお子さんの健やかな成長に活用していただくための大切な手当です。

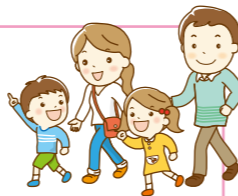
手当での支給期間は、0歳から中学生（15歳になった最初の3月31日）まで。支給額は月額で、3歳未満が（15000円、3歳から小学校修了前が10000円（第3子以降は15000円）、中学生が10000円で、6月、10月、2月の3回に分けて支給します。

子どもが産まれたり、市外から転入した場合など、新たに手当

を受ける際は申請が必要で、続けて手当を受ける場合も、現況届を毎年6月に提出しなければなりません。手続きが遅れると手当を受けられなくなることもあるので、ご注意ください。

これらの手続きは、子育て支援課（Tel 23-1278）で受け付けています。必ずお手続きください。

詳しい手続き方法や支給額などは市ホームページをご覧ください。右のQRコードからアクセスできます。



年 間約90万人が新たにがんと診断され、約35万人が亡くなっています。がんの治療は進歩していますが、患者は今後も増加すると考えられています。

がんと診断した場合、医師は患者さんとご家族へインフォームド・コンセント（病状説明・告知）をします。一般的には手術前、検査前などに目的、方法、合併症などを正確に詳細に説明することです。ただし、がんの告知の場合は特殊な配慮が必要で、原則的には本人へ告知し、治療方針を含めて説明すべきと考えられています。がんの状態または患者さんの状況で告知の有無、内容が違ってくるのが現状です。小林市立病院の消化器外科・腫瘍外科では、患

者さんにご告知を含めた病状説明に対するアンケート調査に協力いただき、診療の参考にしています。告知されてショックを受けるので、告知には否定的な人もいます。ただ告知しないことで助かる手段を放棄してしまう場合もあることも事実です。医師としては告知を受けた後の患者さんとご家族への気配りを含めたケアが大事だと考えます。

国民の2人に1人が生涯のうちにかんにかかるという現在の状況では、自分自身そして大切なご家族ががんと診断されたとき、告知を希望するか、治る可能性や余命などを考えることは大切なことかもしれません。

元気の知恵袋

がん告知について考えてみましょう

小林市立病院 徳田 浩喜先生



健康の達人

【極意】

小林へ移住。健康的な人生を送りたい



大野 聖司さん

気候が温暖なところで暮らしたいと3年前に東京から移住しました。小林市の水・新鮮な野菜・果物をおいしくいただいています。

移住前から職場で毎年健診を受け、小林市に来て特定健診を受診しました。高血圧の治療をしているため、減塩しょうゆを利用したり、運動は通勤で階段を上り下り1万歩以上歩いていたのが、今は階段が少ないので大股で歩くようにするなど、自分なりに健康に気を遣っています。

鮎つりが趣味で、これからの季節が楽しみです。小林市で、さらに健康的な生活を続けていきたいと思っています。

ヘルスメイトさんの野菜レシピ

アスパラと玉ねぎの春巻き



- 作り方
- ①アスパラは茹でて半分に切る
 - ②玉ねぎは薄切りにする
 - ③マヨネーズにからし、しょうゆを入れ混ぜる
 - ④春巻きの皮に豚肉→玉ねぎ→アスパラ→調味料の順にのせて巻き、最後に小麦粉を水で溶いたものを付けて止める
 - ⑤170度の油で揚げて、できあがり

- 【材料…2人分】
- ・アスパラ…2本（40g）
 - ・玉ねぎ ……80g
 - ・豚薄切り肉 ……2枚
 - ・マヨネーズ ……大さじ1
 - ・からし ……2g
 - ・醤油 ……小さじ2/3
 - ・春巻きの皮 ……2枚

今月の旬の食材は

アスパラ

1日に野菜 350g を食べよう！