

## 安心安全情報

### 新入学（園）児の交通事故防止運動

#### 火災・救急発生状況

種別	2月	累計	昨年
建物	2	0	±0
林野	0	1	-1
車両	0	0	-1
その他	0	0	-2
救急	156	335	-47

#### 交通事故発生状況

種別	2月	累計	昨年
人身	19	37	-9
物損	82	164	-15
死者	1	1	±0
負傷者	20	42	-6
全国死者	457		(昨年同月比 - 88)

春は、入学、入園など新生活を向かえる時期です。この時期は、ちょっとした油断や不注意、地理の不安定などから交通事故が増加する傾向にあります。子どもたちを交通事故か

ら守り、正しい交通ルールと交通マナーの実践を習慣づけるため、4月8日（月）から17日（水）までの17日間、新入学（園）児の交通事故防止運動が実施されます。

#### 思いやりのある運転の推進

・運転者は、子どもが往来する場所の近くを通行するときや道路を歩いている子どもを見かけたときは、減速・徐行したり、子どもの動きに十分注意するなど、思いやりのある運転を心がけましょう。特に、横断歩道を横断しようとしている子どもを見かけたら、必ず一時停止しましょう。

・職場では、朝礼や各種会議などの場で、新入学（園）児に対する思いやりのある運転を呼びかけましょう。

**新入学（園）児に対する交通安全指導の徹底**

・新入学（園）児に対して、家庭と学校な

どが一体となり、交通安全教育を徹底しましょう。

・家庭で交通安全について話し合い、外出時などで子どもの目の高さで実際に手本を示しながら繰り返し指導しましょう。

・乗り物を利用する場合、チャイルドシートの正しい使い方や、安全な乗り降りの方法を指導しましょう。特に、車の直前直後の横断を絶対にしないように指導しましょう。

・通学（園）路や遊び場などでの交通安全指導、保護・誘導活動を積極的に実施しましょう。

## 元気の知恵袋

### 脳梗塞の早期発見！

市立病院 神経内科  
高口 剛 医師



**寒** い季節になると、脳の血管が詰まり、その先に血液が流れていかずに脳の細胞が死滅する「脳梗塞」を発症する人が多くなります。発症すると、手足の動きが悪くなったり、言葉がうまく話せないなどの症状が出現します。突然出現するため、日常生活で自分の身体の異変に気付くことが重要です。最近では、血栓溶解療法や血管内治療が目覚ましく進歩しているため、早期に専門の医療機関を受診することで、重い後遺症を残さずに退院する方も増えています。突然起こる典型的な症状として、体の片側に力が入らなくなる、動きが悪くなる「運動障害」、しびれた感じや感覚が鈍くなったように感じる「感覚障害」、呂律が回らないあるいは言葉が理解できなくなる「言

語障害」、視野の片側が欠ける、物が二重に見える「視野障害」などがあります。また、めまいやふらつきが脳梗塞の症状の場合もあります。頭痛で脳梗塞を心配する人もいますが、実は脳梗塞の約9割では頭痛は起こりません。突然の激しい頭痛の場合、血管が破れるくも膜下出血など、脳出血が考えられますのでその場合も直ちに医療機関を受診してください。

脳梗塞を発症した場合、早期の治療、そしてリハビリが重要です。さらに、一度発症した人は再発することも多いため、予防という観点でも非常に重要です。脳梗塞を発症するリスクがありますので、リスクコントロールを心掛けてください。市立病院でのフォローもできますので、ご希望があればご連絡ください。

## みんなで学ぶ 子育て広場

### 産婦健診の助成について

#### 産後2週間と産後1か月の産婦健診の費用1万円を助成

産前産後は赤ちゃん中心の生活リズムになったり、妊娠・出産・育児により大きく環境が変化し、体調も大きく変わります。精神的にも不安定になりやすいため、産後間もないお母さんのこころとからだの健康保持や産後うつ病の予防など、切れ目

のない支援のため、市では4月から産婦健康診査の費用1万円を助成します。対象者には、産婦健康診査助成券を母子健康手帳交付時に配布、または、郵送していますのでご活用ください。

●問・健康推進課 TEL 23-0323

#### 各種乳幼児健康診査等を紹介します！

①赤ちゃん健康診査（3～4か月）  
問診・計測、小児科診察、各種講話、育児相談、ブックスタート、子育て支援センターの紹介など

②6～7か月児健康診査  
9～10か月児健康診査  
県内の医療機関（小児科）で受診してください。母子健康手帳発行時に受診票を配布しています。

③1stバースデイ健康相談  
計測、子どもの成長・栄養についての講話、親子でできる遊びの紹介、個別相談など

④1歳6か月児健康診査  
3歳児健康診査  
問診・計測、小児科診察、歯科診察、子育て相談、栄養相談など



## 元気の秘訣



#### プロフィール

●好きな食べ物／なんでも食べる ●好きなテレビ番組：毎朝必ずニュースを見る。昭和の歌謡曲 ●趣味：畑仕事で身体を動かすこと ●楽しみなこと：友達に自分が作った野菜をおすすめすること。

#### 家にこもらず、人との交流が楽しい

若いころから、お米や野菜を作っているのが足腰が丈夫だと思っています。そのおかげで、80歳まではバイクに乗って外出していました。友達と交流することが楽しみなので、今もなるべく家にはこもらず外に出ることを心がけています。また、同居している息子夫婦がよくしてくれることに感謝しています。先日米寿のお祝いでも、孫やひ孫を含め大勢集まってくれて本当にうれしかったです。ますます長生きで元気でありたいと思っています。

## ヘルスメイトさんの野菜レシピ



### みそまめくり

#### 材料【2人分】

- ・ブロッコリー……60g
- ・カリフラワー……60g
- ・みそ……大さじ1/2
- ・砂糖……小さじ1
- ・ゆず果汁……大さじ1
- ・ゆず皮……適宜

#### ●作り方

- ①ブロッコリーとカリフラワーは小房に分け、茹でる。
- ②みそ、砂糖、ゆず果汁を合わせる。
- ③①・②を混ぜ合わせる。
- ④器に盛り付けて、千切りにしたゆず皮をのせる。