

催し

学校のプール解放

水泳の普及振興を図るため、大井小学校、長島小学校、恵那北中学校のプールを開放し、水泳教室を行います。

【大井小学校のプール】

期間 7月30日(土)・31日(日)
午後1時 4時

【長島小学校のプール】

期間 8月6日(土)・7日(日)
午後1時 4時

【恵那北中学校のプール】

期間 8月13日(土)・14日(日)
午後1時 4時

【すべてに共通】

利用者 市内在住、在勤者

で原則として小学生以上(恵那北中学校のプールは、小学生の場合25分程度泳げ、保護者同伴のこと)

利用料 無料

水泳教室(無料)も随時、行っていますので希望者は申し出て下さい。

教室の内容 水中ウォークコース 水に親しむコース(泳げない人向け) ワンポイントレッスン(泳力に合わせた指導)

教室の申し込み・問い合わせ まきがね公園体育館2 5 6 4 7 8

恵那市水泳カーニバル

恵那市水泳カーニバルを開催

第1回市民体育大会夏季大会

第1回市民体育大会夏季大会

催します。

市内の小中学生を対象に水泳大会を開催します。各種目、各学年別に1位 3位までは賞状が出ます。参加をお待ちしています。

とき 9月4日(日) (雨天決行、警報の場合は中止)

ところ 大井小学校プール

参加資格 市内小中学生

申し込み 7月21日(木)まで

に所定の申込用紙を市内の各小中学校に提出してください。

問い合わせ まきがね公園体育館2 5 6 4 7 8

会を開催します。各町対抗で、アーチェリー、弓道、卓球、ソフトボール、柔道、ソフテニス、バレーボール、クレー射撃が行われます。ぜひご参加ください。

とき 8月28日(日) (アーチェリーは8月21日(日))

ところ 市内各地

申し込み・問い合わせ 各町体育協会事務局

成績

第1回市民体育大会春季大会

6月19日(日)第1回恵那市市民体育大会の総合開会式、陸上競技会、バドミントン競技会が開催され、各町対抗の熱戦が繰り広げられました。成績は次のとおりです。

6月19日(日)第1回恵那市市民体育大会の総合開会式、陸上競技会、バドミントン競技会が開催され、各町対抗の熱戦が繰り広げられました。成績は次のとおりです。

【陸上競技】
総合 1位 岩村町
2位 大井町 3位 三郷町
4位 長島町 5位 武並町



熱戦を繰り広げた一般男子100m決勝

健康体力センター講習会

この講習会を受講すると、健康体力センターが利用できます。
△とき = 8月6日(土)午前10時~、8月11日(木)午後7時~、8月17日(水)午前10時~、8月24日(水)午後7時~ △ところ = まきがね公園体育館健康体力センター △受講料 = 520円
△持ち物 = 屋内用シューズ、運動着、筆記用具 △受講資格 = 高校生以上(要予約・時間厳守)

託児サービス付き講習会・トレーニングDAYのご案内

健康体力センター講習会を受講していない方は8月17日(水)午前10時からの講習会にご参加ください。すでに受講されている方は、8月3日(水)、19日(金)午前10時~正午まで託児サービスをご利用いただけます。託児サービスの申し込みは、毎月20日午前9時から実施日5日前までとします。なお、定員になり次第締め切らせていただきます。まきがね公園体育館に申し込みください

社会体育施設の貸し出し(8月)

△とき = 7月26日(火)午後7時~ △ところ = まきがね公園体育館(翌日からは午前8時半から午後5時までの受け付け可)

- (岩村陸上) 6年男子 西尾知賢(山岡スボ少) 6年女子 山田笑加(飯地小)
- 小学生千石 1年男子 本田陸(サッカー) 2年男子 安藤将真(大井スボ少)
- 2年女子 石田望友(大井第二小) 3年男子 林恭平(大井第二小) 3年女子 柳瀬初奈(大井第二小)
- 4年男子 田淵将司(山岡スボ少) 4年女子 筒井美佳(武並小) 5年男子 和田健太郎(武並小) 5年女子 沢村千鶴(中野方スボ少)
- 6年男子 筒井皓太(武並小) 6年女子 山田笑加(飯地小)
- 中学生千五百石 1年男子 加藤駿(岩村陸上) 2年男子 山村啓太(岩村陸上)
- 中学生男子走幅跳 1年男子 水野裕太(岩村陸上) 2年男子 伊藤圭吾(岩村陸上)
- 中学生百石 1年男子 南雄太(岩村陸上) 2年男子 山村啓太(岩村陸上)
- 中学生砲丸投 男子 竹内理人(岩村陸上)
- 一般男子百石 30歳未満 島崎貴弘(明智) 30歳以上



暑さに負けず力走する一般男子1500m

- 上 阪上千代志(岩村) 40歳以上 千藤富久(東野)
- 50歳以上 伊藤建二郎(武並) 一般女子六十石 30歳以上 土屋晴美(三郷) 40歳以上 鈴木初美(長島)
- 一般女子百石 30歳未満 樋田夏子(笠置) 一般男子千五百石 30歳未満 安藤健太(上矢作)
- 30歳以上 安藤輝彦(大井) 40歳未満 林康徳(笠置) 50歳以上 大沢明夫(長島)
- 一般女子千五百石 木戸岡ひとみ(大井) 四百石リレー 岩村町(里恵津子、小木曾紀之、阪上千代志、吉村春樹)
- 一般走幅跳 30歳未満 丸山芳尚(三郷) 30歳以上
- 【綱引き】 一位 東野 二位 三郷町 三位 武並町
- 【バドミントン競技】 一位 長島町 二位 岩村町 三位 大井町 四 位 三郷町

山岡健康増進センター

TEL 56-4066

山岡健康増進センターでは、4つの健康教室を実施します。ぜひご参加ください。

全教室共通

ところ 山岡健康増進センター 申し込み 7月20日(水) 申し込み 7月20日(水) (電話での申し込み可、定員になり次第終了)

(ハリウッドヨガ教室を除く)、月曜日(休館) 施設利用料 受講料と別に必要 1回一般300円、小中学生150円

子ども水中運動教室

夏休みの子ども向けの教室です。運動浴槽で、ヌードル(浮き棒)を使って楽しく遊びます。

とき 7月28日 8月25日 (毎週木曜日・5回) 午前9時 9時50分 受講料 無料

定員 20人 参加資格 小中学生 持ち物 水着、スイミングキャップ

講師 施設職員

シニートボクササイズ

ストレッツとパンチャキックを取り入れたシャドーボクシングで全身運動をしましょ

とき 8月3日 8月31日 (毎週水曜日・5回) 午後7時 8時半 受講料 200円

定員 20人 持ち物 バスタオル、飲み物、屋内用シューズ(素足でできない方のみ) 講師 小川美浦

水中歩行教室

運動浴槽で基本歩行の練習をしましょ。

とき 8月11日(木)、25日(木) 午後7時 8時 受講料 無料 定員 20人

持ち物 水着、スイミングキャップ 講師 施設職員

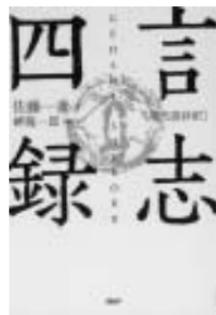
ハリウッドヨガ教室

ハリウッドヨガで体を引き締め、しなやかな体を作ります。

とき 8月5日 9月30日 (毎週金曜日、9月23日を除く・8回) 午前11時 正午

受講料 3200円 定員 25人 受講者抽選 定員を超えた場合、7月29日(金)午前10時半に抽選を行います

持ち物 タオル、飲み物 講師 丸山貴子



現代語抄訳・言志四録

佐藤一斎著

佐藤一斎は、岩村藩家老・佐藤信由の次男で、江戸時代末期の儒学者。55歳のときには岩村藩主・松平乗美の老臣として藩政に尽くした。

『言志四録』は学問、思想、人生観など多岐にわたる処世の心得が書かれており、西郷隆盛も座右の書としたという。「少にして学べば、即ち壮にして為すこと有り」など有名な言葉を現代語訳。分かりやすい解説もついてくる。原文で読むととても難しいことを言っているような気がするが、現代語訳になると、他人との付き合いの中で、大切かつ「当たり前」のことを言っているのだと分かる。サムライの至高の書といわれた本書をもっと気軽に！

はい、泳げません

高橋秀実著

水辺では足がすくみ、顔を水につけるのも精神統一をしてから。年季入り水恐怖症の著者が、図らずもスイミングレッスンを受けることになったルポルタージュ。

水になじもうとしない体、息継ぎもできず、苦しさは音を上上げる一方の著者だが、水泳仲間となった女性たちの含著に満ちた言葉や、経験から生み出されたコーチのマニュアルとおりでない指導に、心を開いていくやりとりが軽妙につづられている。

体と向き合い、哲学的な境地までそこはかとなく感じさせながら「泳ぐ人」になっていく過程は、特に水泳が大好きとは言えない人には、大いに共感でき励まされる。



新しく入った本ピックアップ

(4月21日～5月28日受入図書約450冊)

●小説・随筆など

- 5分で落語のよみかかせ (小佐田定雄/著)
風味絶佳 (山田詠美/著)
たば風 (宇江佐真理/著)
ルパンの消息 (横山秀夫/著)
天切り松蘭がたり 第四部 (浅田次郎/著)
無頼の絵師 (澤田ふじ子/著)
孤宿の人 上・下 (宮部みゆき/著)
トラウマ・プレート (アダム・ジョンソン/著)
地上のヴィーナス (サラ・デュナント/著)

●そのほかの一般書

- 「面白半分」怪人列伝 (佐藤嘉尚/著)
不道德講座 (テリー伊藤/著)
55歳からの生きがいづくり (翔年社/編)
それでもやっぱりがんばらない (鎌田實/著)
世界一ぜいたくな子育て (長坂道子/著)
ちょっとネコぼけ (岩合光昭/写真)
原寸美術館 (結城昌子/著)

●絵本・児童書

- 義経と弁慶 (谷真介/文)
ブタとタコのダンス (長新太/作)
かえるのうらめしやさん (戸田和代/作)
マンモスが地球を歩いていたとき (キャロライン・アーノルド/文)
風紙秘抄 (荻原規子/作)
デモナータ (ダレン・シャン/作)



(対象・年中さんから)

今月のおすすめ絵本

ブタヤマさんたらブタヤマさん

長新太作

とぼけた味わいのナンセンズ絵本。長新太さんは去る6月に亡くなりましたが、子どもたちが支持し続ける絵本がいつばい残りました。

夏休みの図書館利用

夏休みは込み合います。空間も本も分け合って使えるようお願いいたします。

初めて利用される方、調べものを使う本の書名が分からないなど、何でも職員にお尋ねください。

席を利用する場合のお願いです。携帯電話にとらめっこするだけ、おしゃべり、持ち込みの宿題片付け、私物を置いたまま持ち主不在...など、図書館本来の利用目的と隔たりのある場合は、ほかの方の迷惑になりますのでご遠慮ください。

8月のミニギャラリー

「モノクロームの世界」

7月29日(金) 8月26日(水)
イシグレ写真館さんによるモノクロ写真の展示。

山本周五郎作品をCDで

俳優の朗読による、周五郎作品短編集をお楽しみください。「裏の木戸はあいている」「なんの花が薫る」など全20巻。CDの貸し出しはお一人一枚です。

【8月の休館日】毎週月曜日25日(木) (図書整理日)

医療情報トピックス

病院管理課

TEL 26-2111
内線527・528

医療用語の説明

【インフォームドコンセント】

「説明と同意(承諾)」 医師が患者さんに病名、病状などを分かりやすく伝え、医師の提示する検査や治療法について、十分な説明がなされた上で、患者さんがそれを理解、納得し、同意を得ることをいいます。

その内容は検査の目的・内容、治療法・手術・処置の成功の確率、危険性・副作用、治療にかかる費用、またこれらの治療、検査を拒否した場合に予想される結果などがあり、医療機関と患者さんが共に病気を闘う上で、最も重要となります。

【セカンドオピニオン】

「主治医以外の医師の意見」 医療は患者さんが選ぶ時代になり、主治医の診断や治療方法について、本当に正しいのか患者さんに不安がある場合は、ほかの施設の医師に判断してもらつことをセカンドオピニオンといい、患者さんの権利です。



市立恵那病院 自治医科大学出身 診療部長(循環器内科)

4月より診療部へ赴任いたしました。専門は、内科・循環器科で、これまでは県立岐阜病院に13年間勤務し、狭心症・心筋梗塞などの虚血性心疾患の検査・治療、不整脈の各検査、薬物・ペースメーカー治療などを行ってまいりました。動脈硬化の危険因子となる高血圧、糖尿病といった病気の早期治療、進展予防も含め、診療に携わっていきたいと思っています。



市立恵那病院 自治医科大学出身 地域支援部長(消化器内科)

本年4月より市立恵那病院に勤務させていただいております。珍しい名前ですが「かいださとし」と読みます。医療を通して地域の皆様が健やかな日々を過ごすことができるよう、お手伝いできたらうれしいと日々思っています。よろしくお願いたします。



市立恵那病院 名古屋市立大学出身 整形外科部長

4月に市立恵那病院整形外科に赴任いたしました。これまで関市、大垣市の中核病院、名古屋のリハビリセンター、伊勢志摩の地域病院で働いてきた後、大学院にて脊椎関連の研究をしてきました。腰痛や手のしびれなど脊椎関連疾患から、ひざ、肩痛など関節疾患、骨粗しょう症、肩凝り、肉離れ・骨折・ねんざなどのけがでお困りの方はぜひご相談ください。



国保上矢作病院 山形大学出身 (外科)

この4月に上矢作病院に赴任いたしました。初めてのころは前の勤務先とのギャップに戸惑いましたが、最近になりようやく、地域の方々のためにはどうするのが一番よいのか考える余裕ができました。まだまだ自分自身勉強中ではありますが、大都市では行えない地域密着型の医療に少しでも貢献できればと考えています。



国保岩村診療所 愛知医科大学出身 診療所長(内科)

4月に岩村診療所にまいりました。出身が東京のため、自然が多い山並みや古き良き日本の家並みに心が洗われるような気がします。近年各地で医師や看護師の不足あるいは財政難から、小児科・産科の撤退、診療所の閉鎖など医療は厳しい流れもありますが、微力ながら地域に貢献できればと思いこの地が新たな故郷となるよう尽力させていただきます。