

読者の皆さんから届いたお便りなどを紹介します

そうじゃな!
連載

健康アドバイス



薬師寺 渉 医師
(吉備医師会から)

近年の日本人の死因で肺炎は、脳血管疾患を抜き第3位となっており、特に高齢者の肺炎患者の増加が問題となっています。

肺炎が起こる原因はさまざまですが、細菌やウイルスといった病原性微生物によるものがほとんどで、細菌性肺炎と呼ばれています。細菌性肺炎のなかでも、肺炎球菌によるものが最も多く、乳幼児や高齢者、持病が

今月のテーマ
肺炎・肺炎球菌

予防接種を受けましょう

ある人など、抵抗力が低下している人ほど重症化しやすいという特徴をもっています。

肺炎球菌は常在菌と呼ばれ、皆さんの鼻や喉にごく普通にみられる菌です。存在するだけでは発症しませんが、何らかの原因により肺に移ると発症します。肺炎球菌は、きょう膜という膜をもっており、白血球の殺菌作用に抵抗性があります。抗生物質が効きにくい性質を獲得しやすいため、いったん肺炎を起こすと重症化しやすくなります。

予防法は手洗いやうがい、マスクの着用といった毎日の予防、

規則正しい生活や禁煙などで免疫力を向上させ、健康な状態を保つことです。しかし、加齢などは防げません。そこで、最近では肺炎球菌による肺炎などを予防するための予防注射が開発され、実施されています。小児の定期予防接種対象年齢期間は無料です。また、総社市では平成21年度から先駆的に、高齢者を対象として一部助成を行ってきましたが、今年の10月からは定期予防接種になる予定です。

これを機会に対象年齢の人は、肺炎球菌の予防接種を受けることをお勧めします。

声掛け、鍵掛けをしましょう

を掛けている方が泥棒に入られにくいことは誰でも知っているはずです。

■侵入経路を絶つ

今年の上半期、総社市内で、空き巣や忍び込み被害に遭った家の7割以上が無施錠でした。台所の勝手口やトイレ、お風呂の高窓など、泥棒は鍵が開いている部分を探して侵入してきます。ドアや窓に鍵を掛けるのはもちろんのこと、窓の外に足場となるものを置かないように気を付けましょう。

■声掛けをしよう

多くの泥棒は侵入する家の下見をしており、誰かに顔を見ら

れることを嫌います。皆さんの近所に不審な人がいたら、「こんにちは」と声を掛けてみましょう。さらに、見慣れない駐車車両や低速で走行する車両など、不審な車両のプレート番号は控えておきましょう。

■乗り物盗・車上狙いにも注意

自転車やオートバイ、車などの乗り物盗難被害のうち、7割以上が無施錠でした。自転車には二重ロック、オートバイにはU字ロックを付け、盗まれないようにしましょう。車上狙いも多発しています。車両に荷物を放置したまま駐輪・駐車しないようにしましょう。

監修・問い合わせ 総社警察署 (☎94-0110)

安全・安心 総社署からのすすめ

皆さんは、外出する際に鍵を掛けていますか。玄関には鍵を掛けていますが、窓は開けたままという人もいるのではないのでしょうか。

「全部の窓に鍵を掛けるのは面倒だから」、「窓を閉め切ると暑いから」、「近所の人に来たときに鍵を掛けていたら失礼だから」、「わが家は泥棒に狙われないと思うから」など、さまざまな理由があると思いますが、鍵



会場全員で踊って盛り上がる

五つ星学園は、昭和地区の5校園(昭和幼稚園、昭和小、維新小、昭和中)が連携しながら一貫教育を目的とする団体の愛称です。
7月13日、昭和中と児童施設「あそびのきちおひさま」を会場に、「五つ星学園こどもまつり」が開催されました。体育館では歌やダンス、吹奏楽などの演奏が披露されたり、各スポーツクラブの活動が紹介されました。進行や歌は、今春から始まった英語特区教育にちなみ、英語混じりです。施設ではワークシヨップが、屋外では流しそめんやおにぎり、カレー、かき氷などの販売が行われまし

た。あいにくの雨にもかかわらず、500人もの参加者で会場の内外には元気な声があふれていました。
この事業は、5校園と多くの組織や団体の協力で実現したもので、市民提案型事業にも採択されました。
昭和地区は少子化と高齢化の対策が課題となっており、五つ星学園が、その取り組みの一つになればと思っています。
(昭和地区社協)

子育て支援部会

わが軟式野球チームは平成20年8月8日、北京オリンピック開会式の日創部しました。チーム名は「総社シニアスターズ」。「元気にユニフォームを着て、野球ができることに感謝しよう」という野球小僧の集まりで、今年で創部6年目を迎えました。
このたび、第16回全日本選抜還暦軟式野球大会が、9月19日に倉敷マスカットスタジアムで開幕。全国から64チーム、約2千人が参

加します。わがチームも岡山県代表として出場し、20日(土)午前9時から総社市スポーツセンターで千葉県代表と対戦します。皆さんぜひ一度、還暦野球をご覧ください。「俺もまだまだやれるぞ」と思っはすです。還暦野球チームは岡山県に12チーム、全国には451チームあります。総社シニアスターズでは新入団選手を募集中。素人大歓迎です。興味のある方は栢野(☎090-1685-19263)までご連絡ください。生涯現役でがんばりましょう。
(総社シニアスターズ監督・栢野公章さん・中央一丁目)



平均年齢は65歳。元気で野球ができるよう体調管理する総社シニアスターズの選手

サントピア岡山総社ランチバイキング無料券が当たる

広報クイズ

今月の『広報そうじゃ』を読んで、次のクイズに答えてください。

Q1 7月26日、中原地内に大黒天物産株式会社が建設着工したのは、「中国物流〇〇センター」

【応募方法】 はがきかメールに答えと住所、氏名、電話番号、市政や広報紙に対するご意見やご要望を明記のうえ、編集室へ。正解者のなかから2人にサントピア岡山総社ランチバイキング無料ペアチケットを贈ります。

【応募期限】 9月30日(火)

【7月号の答え】 公開市長室

【7月号の当選者】 ソウフウセツさん(中央)、野村敬子さん(久代)

[応募総数 52件]

【応募先】 総社市役所企画課 〒719-1192 中央一丁目1番1号
☒ kikaku@city.soja.okayama.jp



人口・世帯数 (平成26年8月1日現在)

人口 67,799人(前月比+8人)
(うち外国人登録727人 前月比-4人)
男 32,966人(前月比+6人)
女 34,833人(前月比+2人)
世帯数 25,593世帯(前月比+29世帯)

市民憲章

わたくしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。

このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

- 郷土を大切に
美しい環境を まもりましょう。
- 生涯学び
明るく家庭を きずきましょう。
- たがいに助け合い
あたたかいまちをつくりましょう。

市の花・木・鳥

◎市の花/れんげ ◎市の木/もみじ ◎市の鳥/タンチョウ