



寒さに負けず、全力を出し切れ

全国大会へ出場する選手たちを激励するため、12月21日に壮行会を開催しました。

サッカーのクラブチーム「A. Z. R」、甲賀テニススポーツ少年団、「水口ジュニアソフトテニスクラブ」が全国大会の切符を掴み取りました。

壮行会では、チームごとに大会への力強い決意を述べられました。日頃の練習の成果を出し切り、楽しんでプレーできると良いですね。

※「A. Z. R」が出場した大会のみ終了しています。そのほかの大会は、3月に開催されます。

「甲賀テニススポーツ少年団」、「水口ジュニアソフトテニスクラブ」のみなさん



全国大会出場壮行会



「A. Z. R」のみなさん

元気なまちかど

自分がどうありたいか 世津田スンさん講演会

甲賀市広報大使・心理イラスト作家の世津田スンさんの講演会「そのままで大丈夫？」が、1月20日に、甲南図書交流館で行われました。

世津田さんは、他人の評価に影響されやすい夢や目標よりも、価値観を明確化し、自分がどうありたいかを考えることが重要であるとお話されました。

来場者からは、ネガティブな人への寄り添い方や甲賀市での活動、イラストについてなどさまざまな質問が飛び交い、大盛況の講演会となりました。

来場者と交流する世津田さん



講演を行う世津田さん

全国のスポーツ少年団の模範に ～甲賀市スポーツ少年団が 日本スポーツ少年団顕彰を受賞～

令和5年度日本スポーツ少年団顕彰を受賞した甲賀市スポーツ少年団の授与式が2月3日に近江八幡市の県立男女共同参画センターで行われました。

この受賞は、指導者の育成をはじめ、さまざまな講習会や交流会、広報活動などの活動を評価いただいたものです。

こどもたちにスポーツの楽しみや創造性を養う機会をつくるためには、スポーツ少年団の協力は欠かせません。甲賀市スポーツ少年

授与された表彰状



表彰される甲賀市スポーツ少年団 福井本部長（右）

団福井本部長は、「日頃からご協力いただいている方々への感謝の気持ちを忘れず、こどもたちのスポーツ指導に邁進していきます」と語られました。

知っとうか！ 公立甲賀病院

第24回

白内障について 知っとうか

眼科医長 山名 正昭



白内障になるメカニズム

目の中の水晶体は大きさが約9mm、中心部厚が約4～5mm程度の両凸レンズ構造です。外界からの光を網膜に結像させるレンズの役割を果たしており、65%が水分で残りが蛋白質でできています。加齢や外傷、眼内炎症などで水晶体が混濁することで白内障と呼ばれる病態となります。アトピー性皮膚炎の患者は早期に白内障になりやすく、ある程度白内障がある方の場合、ステロイド内服では加齢により進行が早くなる場合もみられます。なお、医療においてステロイドは重要な治療手段なので過剰に心配しないように。

白内障手術と手術適応

白内障手術は正式には水晶体再建術と呼ばれ、超音波を使って水晶体の硬い部位（核）を破碎し、吸引した後に水晶体嚢に眼内レンズを挿入する術式です。難易度や患者条件

によって所要時間は異なります。かつては患者が見えにくさを訴えても矯正視力が良ければ、眼鏡作成で済ませていた時代もありました。しかし、機器やレンズ品質の向上もあり、今はコントラスト低下、乱視や近視などでの裸眼視力不良、高度な近視による眼精疲労に対して手術をするようになり、手術適応となる条件は下がりました。眼鏡では度数が足りず、ハードコンタクトレンズを要する方も推奨できます。水晶体を支える組織の老化による劣化、健康面も手術難易度に関係しますので、見えなくなってしまうのは、早期の白内障手術が望ましいと当院では考えています。狭隅角の方は急性緑内障発作のリスクがあり、発症予防に早期の白内障手術が望まれます。遠くから近くまですべてピン트가合う多焦点眼内レンズは60歳前後からお勧めでき、当院でも扱っています。

問合せ 公立甲賀病院 総務企画課 TEL 62-0234 FAX 63-0588

未来につながる

エコっとうか

エコイイズ

樹齢とともに、木が吸収する二酸化炭素（CO₂）の量はどのように変化するのでしょうか？

- A 成長のピークを過ぎると減る
- B 変わらない
- C 樹齢を重ねるほど増える

解説

植物は光合成を行うときにCO₂を吸収してくれるありがたい存在です。今、森林のCO₂吸収源としての働きに注目が集まっています。日本の森林は約4割が人工林です。木は成長のピークを過ぎると吸収量が減少してしましますが、価格低迷や後継者不足などから、国内には管理が不十分で高齢化した人工林が増えています。放置された人工林では、地面に光が届かず土壌流出も発生します。このため、新たな木が自然に生える環境ではなく、森林を更新するには人による整備と管理が必要です。



▲緑の砂漠（薄暗く、生き物の気配が乏しい放置された人工林）

甲賀木の駅運営委員会

間伐材（杉、ヒノキ）や薪用の木材（ナラ、カシ、クヌギ、サクラ）を地域通貨の「モリ券」で買い取るプロジェクトを実施しています。その他にも木を伐採する技術を身に付けるチェーンソーの使い方講座を開催しています。山林を持っていない方も参加できます。



▲甲賀木の駅運営委員会HP

問合せ 環境未来都市推進室 TEL 69-2156 FAX 63-4554

甲賀市環境
未来都市宣言

甲賀市は2050年カーボンニュートラルをめざしています。