



◀記念品の贈呈の様子▶

雨の中渡り初めを楽しむ様子▶

ご長寿おめでとうございます！ 市内最高齢の澤田さんをお祝い

9月18日に信楽荘で、市内で最高齢となる104歳の澤田ミサエさんのご長寿を祝って、市長から記念品と花束が贈呈されました。

信楽荘の入所者や職員の皆さんで澤田さんを祝福し、和やかな雰囲気になりました。

澤田さんは、好き嫌いなく食べて、90歳頃まで習慣的に歩いていたそうです。長生きの秘訣は健康的な習慣にありそうですね。



▲職員の方と記念撮影

新しい内貴橋 着工から7年を経て待望の 開通！市民の笑顔が溢れる渡り初め

老朽化のため架け替え工事をしていた内貴橋が完成し、9月22日に開通しました。

あいにくの雨により、予定されていた開通式は中止となりましたが、まちづくり活動センター「まるーむ」で内貴橋の開通にあたり設計・施工にご尽力いただいた関係者の皆様に感謝状が贈られました。その後の渡り初めでは、参加者は傘をさしながら、新しい橋を楽しんで渡っていました。

内貴橋の開通により、地域の活性化を促進し、災害に強く安全で安心して通行いただけます。ぜひ、新しくなった橋を渡ってみてください。



▲感謝状贈呈式

であい ひろがる みんなの図書館 笑顔があふれた「図書館まつり」

市制施行20周年を記念して「図書館まつり2024」が10月6日に甲南図書交流館で開催されました。

忍者グッズの工作教室や「甲賀忍者VS伊賀忍者」のトーク合戦などさまざまなイベントが開催され、多くの人で賑わっていました。

また、甲南図書交流館内に忍者に関する貴重な資料をはじめ、市内5町の特色ある郷土資料を集めた郷土資料室「忍」がオープンし、たくさんの方が室内を訪れていました。

この郷土資料室をきっかけに、より多くの方が訪れる図書館になったらいいですね。



▲郷土資料室「忍」のオープンを見守るにんじやえもん



▲忍者グッズを楽しそうに作る親子

ばね指とは

手の指には、指を曲げるために指の腹側を通っている屈筋腱と、その腱を浮き上がらせないためにある腱鞘（フーリー）と呼ばれるものがあります。これはちょうどベルト（腱）とベルト通し（腱鞘）あるいはフーリー（腱）の関係に似ています。屈筋腱がたたくと動きにくくなります。屈筋腱が炎症を起こし、肥厚します。これにより腱鞘の内腔が狭くなると、腱がこすれて通過しにくくなり、腱鞘の痛みが出てきます。もつとひどくなると、さらに狭くなった腱鞘内腔に押されて、腱にくびれができてしまい、指を動かすたびに、カクンカクンとばねが弾けるような動きをします。

ばね指の原因は

原因として、指でものを把持し続けるといった動作、家事労働などによる指の酷使があげられます。

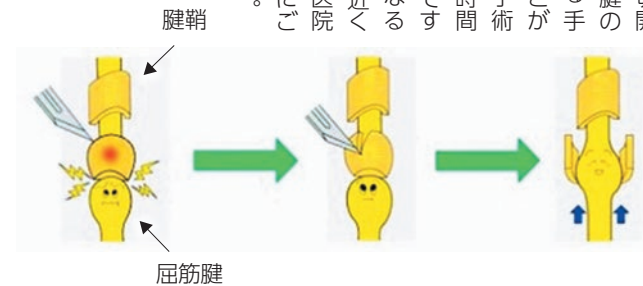
ばね指の疫学

疫学として男性…女性11…6と女性に多くみられ、女性ホルモンが減少している更年期の女性や、糖尿病の方が発病しやすいです。生涯発症率は

2.6%程度で、その中の約40%は、自然軽快します。

ばね指の治療

発症から数か月以内で症状が軽ければ、腱鞘の炎症を抑えるために行うステロイド注射をすることで症状が軽減することがあります。しかし、仕事や、家事で指を酷使する方は、注射してもすぐに再発するため、結局、腱鞘の天井を切開して、屈筋腱の圧迫をとる手術となることが多いです。手術は、日帰り、時間は15分程度です。なので、気になる方は、当院が近くにある整形外科医院までお気軽にご相談ください。



問 公立甲賀病院「地域がん診療連携拠点病院」「滋賀医科大学地域医療教育研究拠点」
☎ 62-0234 ☎ 63-0588

～芭蕉翁生誕380年記念～ しまがはら歴史漂う紅葉の街道散策

と き 11月23日(土・祝)
10時15分～15時頃
(受付:9時20分～)

集合場所 JR島ヶ原駅前 コース 約10km

申込方法 申込フォーム・電話
※弁当(1,000円)
希望者は申込時にお伝えください。

申込期限 11月13日(水)16時 申込フォーム▶

申 問 島ヶ原地域まちづくり協議会
☎ 0595-59-2584
(平日9時～16時)



伊賀市・亀山市の広報には「KOKAスポーツフェスタ」についての記事を掲載しています。

情報交流広場 となりまちいこか



亀山トリエンナーレ2024

亀山トリエンナーレは、3年に一度開催される現代アートの芸術祭で、今回は、国内外から81組のアーティストが参加するほか、今回はかめやま文化年2024の特別企画として、展示場所を閑地区、坂下地区にも拡大し、さまざまな作品が市内各所を彩ります。ぜひ、ご来場ください。

と き 11月16日(土)まで
10時～17時
(最終日は16時30分まで)

ところ 亀山市内各所(東町商店街、市文化会館、旧館家住宅、加藤家屋敷跡、旧佐野家住宅、旧田中家住宅、旧落合家住宅、鈴鹿峠自然の家ほか)

観覧料 無料
※但し、旧館家住宅のみ500円が必要

問 亀山トリエンナーレ事務局(森)
☎ 090-8950-3011
亀山市文化課文化創造グループ
☎ 0595-96-1223



※詳しくは、亀山トリエンナーレのホームページをご覧ください。