



すこやか通信

乳幼児突然死症候群(以下SIDS)とは、特に大きな病気もなく元気に育っていた赤ちゃんが、睡眠中に突然亡くなってしまふ病気です。令和5年では、全国で48人の乳幼児が亡くなっています。SIDSの原因はまだはっきり分かっていませんが、発症率が低くなるポイントは分かってきました。

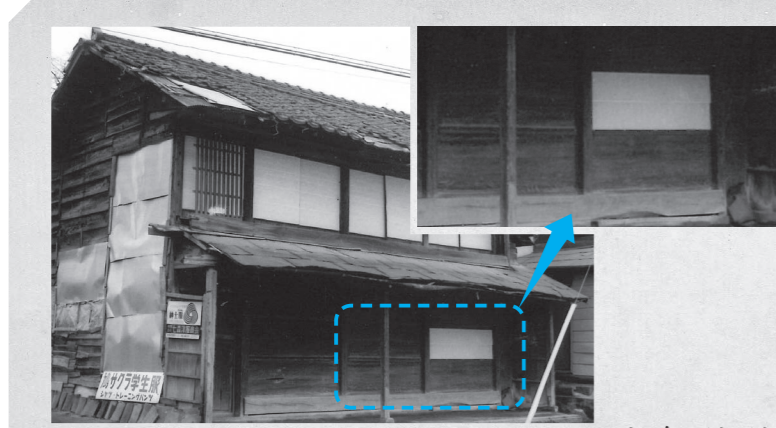
1歳までは仰向けで寝かせる
SIDSは、生後2カ月から6カ月までの乳児に多いことが分かっています。SIDSは、あおむけ寝、うつ伏せ寝のどちらでも起きていますが、あおむけで寝かせたほうが発症率は低くなっています。また、SIDSと窒息事故は異なりますが、窒息予防として乳幼児の周囲には柔らかな寝具やぬいぐるみなどを置

乳幼児突然死症候群(SIDS)

かないよう注意しましょう。
できるだけ母乳で育てる
母乳で育てられている乳幼児のほうが、SIDSの発症率が低いことが分かっています。無理のない範囲で行いましょう。

禁煙する
喫煙は、SIDS発症の要因の一つといわれています。受動喫煙も発症要因となりますので、妊婦本人だけでなく、家族も禁煙に取り組みましょう。

今回紹介したポイントは、SIDS発症の直接的な原因ではありません。過度な不安は避け、楽しく育児をしましょう。
☎健康づくり課(88)8123



「商人の町」を象徴する家の造りです
写真見れば、昭和40年代の南町にあった民家です。家の前面には「蔀」と呼ばれる建て具が取り付けられています。蔀とは、柱と柱の間に横長の戸板が上下2枚入れられた構造で、上の戸を跳ね上げて開閉することができる建て具です。この2枚の戸板は、簡単に取り外すことができました。江戸時代の民家では引き戸を使っていましたが、商家では蔀を使っていました。これは、販売する商品や、職人が細工する様子を通行人から見やすくするため、人や商品の出入りをしやすいためとされています。このことから、この民家は元々商売を営んでいたと考えられます。「蔀のある家」は、今ではあまり見掛けなくなりましたが、かつては写真のような家が須賀川にも立ち並び、にぎわいを見せていた様子が想像できます。
☎博物館(75)3239

ふるさとの遺産
須賀川アルバム No.375
—昭和の記録写真から—
蔀のある家
(昭和40年代)

写真は、昭和40年代の南町にあった民家です。家の前面には「蔀」と呼ばれる建て具が取り付けられています。蔀とは、柱と柱の間に横長の戸板が上下2枚入れられた構造で、上の戸を跳ね上げて開閉することができる建て具です。この2枚の戸板は、簡単に取り外すことができました。江戸時代の民家では引き戸を使っていましたが、商家では蔀を使っていました。これは、販売する商品や、職人が細工する様子を通行人から見やすくするため、人や商品の出入りをしやすいためとされています。このことから、この民家は元々商売を営んでいたと考えられます。「蔀のある家」は、今ではあまり見掛けなくなりましたが、かつては写真のような家が須賀川にも立ち並び、にぎわいを見せていた様子が想像できます。
☎博物館(75)3239

アリーナ60分・90分プログラム (12月)

ヨガ(90分)
時12月4日(木)
午後7時~8時30分
講師 中島恵子さん
申込期間 11月9日(日)~27日(木)

エアロビクス(60分)
時12月13日(土) 午前10時~11時
講師 郡司泰子さん
申込期間 11月9日(日)~12月6日(土)

体幹トレーニング(90分)
時12月17日(水) 午後7時~8時30分
講師 中野満貴さん
申込期間 11月9日(日)~12月10日(水)



場 武道館
☎市内在住または在勤、在学の15歳以上の人(中学生を除く)
定40人
☎申込用紙に必要事項を記入の上、参加料を添えて円谷幸吉メモリアルアリーナにお申し込みください(電話予約可)。 ¥200円
☎円谷幸吉メモリアルアリーナ (76)8111

みんなで応援しよう! ~ふくしま駅伝~

時11月16日(日)
スタート 午前7時40分(しらかわカタルスポーツパーク陸上競技場)
須賀川中継所通過 午前9時18分頃(市役所内)
ゴール 午後0時45分頃(県庁前)
☎生涯学習スポーツ課(88)9174

門松作り体験

時12月20日(土) 午前10時~正午
場緑のスポーツエリア「会議室」
定20人
☎自然の竹、松、南天などを使用して、本格的な門松を作製
※一対ではありません。
¥1個3,000円
☎・園福島空港公園事務所 (89)1766

初冬の風物詩「牡丹焚火」

天寿を全うした牡丹の枯れ木を焚いて供養します。初冬の季語となっている「牡丹焚火」は、暗闇の中、炎に包まれ、ほのかに香りが漂う幻想的な雰囲気の須賀川の初冬を彩る風物詩です。
牡丹の枯れ木がありましたら、ぜひお持ちの上、ご参加ください。
時11月15日(土) 午後4時30分
場須賀川牡丹園
☎当日は、牡丹焚火講演会と俳句大会を併せて行います。詳しくは、市ホームページをご覧ください。
☎文化振興課(88)9172
風流のはじめ館(72)1212



すかがわ新春の集い

時令和8年1月5日(月) 午後5時
場グランシア須賀川(池上町74)
締12月5日(金) ¥5,000円
※会費を添えてお申し込みください。
☎・園須賀川商工会議所(76)2124
秘書広報課(88)9118

FUKUSHIMA AIRPORT情報

11月の航空ダイヤ

国内線	札幌(新千歳)	福島 9:25→札幌 11:00	札幌 15:10→福島 16:45
		福島 8:05→大阪 9:20	大阪 7:50→福島 8:55
		福島 12:35→大阪 13:50	大阪 11:00→福島 12:05
		福島 17:15→大阪 18:40	大阪 16:50→福島 17:55
国際線	台湾(桃園)定期チャーター	火曜日/金曜日	
		福島 16:00→台湾 19:10	台湾 10:30→福島 14:30

※ダイヤは変更になることがあります。ご利用の際は、各航空会社にお問い合わせください。

問い合わせ
●札幌・大阪(ANA) ☎0570(029)222
●大阪(IBEX) ☎0570(057)489
台湾旅行の問い合わせ
●(株)エイチ・アイ・エス郡山営業所 ☎050(5833)9213
●(株)ツアー・ウェーブ仙台営業所 ☎022(212)1919
●(株)阪急交通社仙台支店 ☎0570(06)8989

ムシテック情報

ランドセルを活用! コインケース作り

時12月27日(土) ①11:00 ②13:00
※各回50分
定各回10組
内ランドセルの革を使って、すてきなコインケースを作ります。
申11月20日(木)から電話でお申し込みください。
¥1個800円
好きな色で作ろう!

tette 情報

tetteでは、市民の皆さんが学べるような様々な世代に向けた講座や各種イベント、行事などを行っています。

☎tetteホームページ
☎TETTE.SUKAGAWA
tetteインスタグラム