

中央公民館  
図書室からの  
お知らせです。



中央公民館図書室 ☎42局7200番

# ほん 大好き

# INFORMATION Book

## 今月新しく 入りました。

※7月の新刊は、1日(火)からの貸出となります。

### ●一般の本

怒り<上> <下> (作=吉田修一)  
霞が関にラブレター (作=江波戸哲夫)  
獺の檻 (作=道尾秀介)  
中村勘三郎 最後の131日 (作=波野好江)  
蛇行する月 (作=桜木紫乃)  
続 体脂肪計タニタの社員食堂 (作=タニタ)

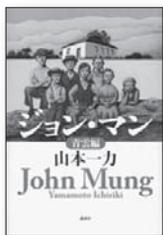
### ●子どもの本

よい子への道 (作=おかべりか)  
しっぽ しっぽ しっぽぽ (作=木曾秀夫)  
世界一おいしい火山の本 (作=林信太郎)  
クワガタクワジ物語 (作=中島みち)  
おいしい (作=新井洋行)  
れいぞうこ (作=新井洋行)

## 中でもこの本が **オススメ**です。

### ジョン・マン 青雲編

作=山本一力



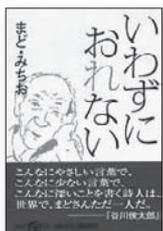
アメリカ・フェアヘブンで、小さな子どもたちに交じり、小学校や教会に通うマンジロウ。ひたむきな彼に、さまざまな試練が待ち受ける。物語はいよいよ正念場に！鎖国日本から漂流し、初めてアメリカで暮らした奇跡の日本人、中浜万次郎ことジョン・マンの生涯を描く。

### 星座を見つけよう

作=H.A.レイ



どうやって星をみわけ、星座をみつけだせるか、教えてくれる本です。家のなかでも外でも、1年中いつでも役に立ちます。さあ、たのしく星をながめましょう！



いわずにおれない  
作=まど・みちお



じんべえざめ  
作=新宮 晋

**童** 謡「ぞうさな作者、百四歳で最近亡くなされた。森羅万象の一匹、一本、一個、一粒のこの世に在ることのいとおしさと命の輝きを、やさしい言葉で詩にしている。しかし言葉

の底には物の本質がしっかりと折りたたまれていて、読者の心を深い世界に連れていってくれ、万物万歳である。国際アンデルセン賞を受賞した唯一の詩人である。肩のこらない読み物だが内容の深さにふれてほしい。

**海** のいきものと「じんべえざめ」の生き方が描いてある。ゆったりと他の小魚たち、人間たちも引き連れて海の青さに染まりながら、ゆうゆうと泳ぐ姿に読者も一緒に

引き込まれて、地球という水の惑星を泳いでいる感じになる。人間のこまごました悩みが吹きとんでしまふ。「じんべえざめ」のいのちの輝きに世界の広さをしみじみ思う。

春の桜、夏の花、秋の紅葉、冬の雪…。美しい四季が体感できるのは日本人の特権。そんな私たちだからこそ、読みたくなる「旬」の本があります。シリーズ「旬の本だな」。

7月は「いのちの輝き」をテーマに2冊の本をご紹介します。

紹介者は渡辺栄子さん(鞍手町文庫連絡会)です。



7月の休館日は、2日(水)です

開館時間は午前9時から午後5時まで/返却期限が過ぎている本は、至急ご返却ください

# Health

INFORMATION

健康や各種健診  
についての  
お知らせです

いきいき  
健康



だより

総合福祉センター ☎42局8812 番

## 暑い季節です。熱中症を予防しましょう!!

### 暑さを避ける

室内では…

- … 扇風機やエアコンで温度を調節する
- … 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用する
- … 室温をこまめに確認する

外出時には…

- … 日傘や帽子の着用
- … 日陰の利用、こまめな休憩
- … 天気の良い日は日中の外出をできるだけ控える

からだの熱の蓄積を避けるために…

- … 通気性の良い、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- … 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす



### こまめに水分補給する

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、経口補水液などを補給しましょう

## 平成26年度の総合健診 (特定健診)

(各種がん検診)

健診が始まっています。下記の日程には若干の余裕がありますので、お問い合わせください。

### ■集団健診(検診)日程

期 日	場 所
7月13日(日)、14日(月)、15日(火)	総合福祉センター

- 受付時間** 午前8時30分から10時30分まで(結果説明会は後日行います)
- 申し込み方法** 健診希望日の1週間前までに総合福祉センターまでお電話で申し込みください。また、申込書が自宅に届いている場合は、必要事項を記入してご返送ください。
- 検診内容** 各種がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん・前立腺がん・子宮がん・乳がん・肝炎ウイルス)、結核検診、基本健診、特定健診
- 申し込み・問い合わせ** 総合福祉センターまで

## 母子健康手帳の交付

妊娠がわかったら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。妊娠中の生活や制度などについて保健師が説明します。

- とき** 毎週水曜日の午前10時から11時30分まで  
①必ず妊婦本人がお越しください②日時の都合がつかない場合はご相談ください
- ところ** 総合福祉センター保健棟
- 必要なもの** 妊娠届出書(ある人のみ)



## 夏休み子どもクッキング

夏休みの思い出に参加してみませんか。みんなで楽しく料理をしましょう。

- とき** 7月25日(金) 午前9時30分から
- 対象者** 小中学生とその保護者(子どものみの参加もできます)
- ところ** 総合福祉センター保健棟
- 参加費** 無料
- 持ってくるもの** エプロン・三角巾
- 申込期限** 7月18日(金)
- 申し込み** 総合福祉センターまで



## 子宮がん検診 無料クーポン事業

乳がん検診

平成21～24年度に実施した「子宮がん・乳がん検診無料クーポン配布」事業対象者で、対象年度にクーポンを使用しなかった人は今年度、町の集団健診(総合福祉センター)にて、無料で子宮がん・乳がん検診を受診することができます。希望する人は集団健診にお申し込みください。自分が対象かどうかわからない人は総合福祉センターまでお問い合わせください。

## 乳幼児健診・相談

7月の乳幼児健診は次のとおりです。該当者には事前に通知をしています。ご確認ください。

- とき** 健診の内容によって異なりますので詳細は通知(案内)書をご確認ください
- ところ** 総合福祉センター保健棟
- 内容** 身体測定・問診・小児科医診察・育児相談・栄養相談など

区 分	期 日	対象児
4か月健診	7月10日(木)	平成26年 2月13日から 平成26年 3月24日生まれ
7か月健診	7月24日(木)	平成25年 11月29日から 平成25年 12月26日生まれ
12か月健診		平成25年 7月1日から 平成25年 7月31日生まれ
1歳半健診	7月 3日(木)	平成24年 12月6日から 平成25年 1月3日生まれ
3歳児健診		平成23年 6月6日から 平成23年 7月3日生まれ
乳幼児相談	7月23日(水)	平成26年 4月27日から 平成26年 5月24日生まれ

※乳幼児相談は、身体測定・育児相談・栄養相談を行います。申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

- 問い合わせ** 総合福祉センターまで