

# Library

町生涯学習センター図書室からの9月のおすすめ図書

## Library Information

### 図書室からのお知らせ

#### ■本の貸出について

図書室では、新刊本や話題の本などを数多く入荷しています。

本のリクエストについても、図書室カウンターにて受け付けています。皆さんの読みたい本や気になる本などありましたら、お知らせください。

また、お探しの本などがありましたら、お気軽にカウンターにご相談ください。

### 支えあう人々の希望の物語

町田 そのこ 著 / 『宙ごはん』



小学館

小説

宙には、育ててくれている「ママ」と、産んでくれた「お母さん」がいる。2人の母がいるのは「さいごーにしあわせ」だった。宙が小学校に上がるとき、産んでくれた「お母さん」と暮らし始めたが…。ごはんを作って食べることを通して、成長していく姿を描く。やさしく、温かく、希望に溢れた物語。心が満たされる1冊です。

### お月見の読み聞かせ絵本

すとうあさえ文 中谷 靖彦 絵 / 『だんごたべたいおつきさま』



ほろぶ出版

児童書

今日はお月見。おばあちゃんのお家の縁側には、すすきとおいもにぶどう、おだんごが並んでいます。それを空から見たお月さま、おだんごが食べたくなって…。日本の伝統行事をやさしく伝える絵本シリーズのお月見編です。今年の中秋の名月は9月10日。0歳～5歳の読み聞かせにおすすめの絵本です。巻末に行事のミニ解説もあります。

### エネルギー自給自足が持続可能な小屋

中村 好文・吉田 全作 著 / 『線と管をつながない好文×全作の小屋づくり』



PHP研究所

一般書

建築家・中村好文が吉田牧場の主・吉田全作の依頼に応え、力を合わせて作り上げた小屋は、電線、水道管、下水管、ガス管に頼らない、エネルギー自給自足が持続可能な小屋だった。現代のテクノロジーを駆使してエネルギーを作り、循環させる小屋づくりの全貌を、美しい写真やイラストとともに紹介する。著者2人の対談も掲載。

### ガーデニングの基本の決定版

古賀有子 監修 / 『はじめてでも失敗しない花づくりの基本100』



主婦の友社

教養娯楽

たったひとつのコンテナから、本格的な花壇まで。ガーデニングの楽しみ方は人それぞれですね。ガーデニングの初心者でも簡単にできる作業のコツと、失敗しない草花とのつきあい方を、写真とともにわかりやすく解説しています。これからガーデニングを始めたい人にとって、強い味方となるおすすめの園芸書です。

#### ●図書室の利用や、図書の検索・リクエストなどについてのお問い合わせ先

町生涯学習センター図書室  
☎096-234-2447 (内線331)

#### 町生涯学習センター図書室のご利用について

■開館時間 午前9時～午後5時 ■休館日 毎週火曜日、年末年始 ■貸出冊数・期間 1人5冊まで、15日間

～ Public Library News ～

## 図書室のわだい

### SDGsについて学ぼう

関連書籍を集めた特設コーナー新設！

SDGsとは、Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標) の略称で、

2015年9月の国連サミットで採択されました。「誰一人取り残さない」という理念のもと、今を生きる

#### 今月の案内人



小屋敷 京子さん  
(町図書室職員)

私たちだけでなく、これから生まれてくる子どもたちが安心して暮らせる地球を残すために、17の目標（ゴール）と169の具体的なターゲットが設定されています。SDGsはどの目標も、私たちの生活に関わっています。今、地球に起こっている問題と、その問題を解決するため、SDGsのことを正しく理解することが大切です。

町図書室では、SDGsに関する一般書や児童書を集めた特集コーナーを設置しました。環境や社会（暮らし）、経済などの問題解決に向けた取り組みやSDGs達成を目指す地域づくりなどを紹介する本を取りそろえています。ぜひご覧ください。私たち一人一人が取り組める



▲SDGsの入門書など20冊以上を取りそろえていますので、ご覧ください。

「こうさのSDGs」をご家族と一緒に考えてみましょう。

#### ●お問い合わせ先

町生涯学習センター図書室  
☎096-234-2447(内線331)

## Public Hall

### 町公民館からのお知らせ

#### ▶ 町公民館主催講座のお知らせ

#### ステップアップ講座「終活のはじめの一步」を開催します

「ステップアップ講座」では、これからの生活を楽しむきっかけを提供しています。今回は、残された家族のために残すエンディングノートの書き方や思い出の品々の整理方法などを学びます。

#### ●開催期間

9月27日（火）午前10時～正午

#### ●開催場所

町生涯学習センター・研修室

#### ●定員

先着25人

#### ●講師

整理収納アドバイザー  
出川りつこ（熊本市）

- 公民館講座や町民大学などに関するお申し込み・お問い合わせ先  
町教育委員会公民館事務局  
☎096-234-2447（内線321）

洞に2〜12本の金属弦を張り、鍵盤を左手で押さえて右手のピックで弾きながら演奏する琴の一種。町公民館自主講座の「大正琴」教



▲北早川公民館で大正琴を演奏する「大正琴」教室の皆さん

7月27日（水）北早川公民館で町公民館出前講座「大正琴演奏会」が開催され、地域の住民ら11人が琴の音色を楽しみました。大正琴は、木製の中空の

#### 町公民館出前講座 大正琴の演奏を披露

室に参加する7人が、この日のために練習した「荒城の月」や「ふるさと」など11曲を披露しました。演奏を楽しんだ参加者の1人は「大正琴の演奏を聞いたのは久しぶりで。優しい音色の演奏を聞いてみると、なんだか心が落ち着きますね」と笑顔で感想を話しました。

#### 町公民館出前講座 糖尿病について学ぶ

8月4日（木）上揚公民館で、出前講座「糖尿病予防」が開催されました。谷田病院の管理栄養士・錦戸由依さん（熊本市）を講師に迎え、地域の高齢者ら6人が糖尿病の予防方法について学びました。糖尿病は、インスリンの

膜症・腎症などの合併症などについて分かりやすく説明しながら、炭水化物より野菜を先に食べる食事方法を指南。「野菜などを先に食べることで、糖の吸収を穏やかにすることができ、毎日の食事と運動で糖尿病を防ぎましょう」と呼び掛けました。



▲上揚区の地域住民に糖尿病予防について説明する錦戸さん

作用不足により慢性的な高血糖状態が続く疾患。錦戸さんは、口の渇きや多尿といった症状や神経障害・網

膜症・腎症などの合併症などについて分かりやすく説明しながら、炭水化物より野菜を先に食べる食事方法を指南。「野菜などを先に食べることで、糖の吸収を穏やかにすることができ、毎日の食事と運動で糖尿病を防ぎましょう」と呼び掛けました。

## Human Rights

### 人権 ～心豊かに暮らすために～

#### ■マスクを着用できない人へのご理解をお願いします

熊本県では、新型コロナウイルス感染症に対する基本的な感染防止対策として、マスクの着用をお願いしています。しかしながら、発達障がいや感覚過敏、皮膚の病気および呼吸器の病気といったさまざまな原因で、マスクをつけると肌に痛みを感じたり、気分が悪くなったり、体に異変が生じてしまう人がいます。そのため、マスクをつけたくてもつけられない人は、周囲から厳しい視線や心無い批判を受けることがありま

す。

県民の皆様におかれては、このような特性や事情により、マスクをつけられない皆さんへのご理解をお願いします。

#### ●人権相談に関すること

新型コロナウイルス感染症に関連して人権侵害を受けた場合は、下記の窓口で相談をお受けしています。

- 熊本人権センター（人権相談）  
相談専用電話 096-384-5822  
受付時間 午前9時～正午／午後1時～午後4時（土曜・日曜・祝日を除く）

- みんなの人権110番（全国共通人権相談ダイヤル）

電話番号 0570-003-110

受付時間 午前8時30分～午後5時15分まで（土曜・日曜・祝日を除く）

熊本県ホームページより

- 人権に関するお問い合わせ先  
町教育委員会社会教育課  
☎096-234-2447（内線324）