

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、新しい本を入荷しています。

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。

第167回直木賞受賞作品

窪 美澄著 / 『夜に星を放つ』



文藝春秋

小説

30歳を前に早世した双子の妹の彼氏との交流を通して、人と別れることの哀しみを描く「真夜中のアポカド」。学校でいじめをうけている女子中学生と亡くなった母親の幽霊との奇妙な同居生活を描く「真珠星スピカ」など、心の揺らぎが輝きを放つ5編の短編集。喪失の痛みや傷を抱えながら生きていく人に、そっと寄り添うような1冊です。

大好きな人へ伝えたいメッセージ絵本
いぬいさえこ作・絵 / 『きみのことがだいすき』

バイインターナショナル

児童書

小さな動物たちが暮らす森。どんなことをお話しているのかのぞいてみたら、そこは、やさしさであふれていました。「あなたは、よいこ。なにかをじょうずにできなくても。みんなと同じようにできなくても。」つらいとき、心細いとき、心にそっと語りかけてくれるような美しく温かい絵とメッセージ。読み聞かせにおすすめの絵本です。

知っているようで知らない日本の魅力

蜂谷 翔音・松本 まさ著 / 『今こそ学びたい日本のこと』



学研プラス

一般書

日本が持つ独特の文化や景観は、いまや世界中から愛され、多くの外国人が日本を訪れる時代になりました。彼らの目に映る日本はどこまでも新鮮で、美の宝庫。私たち日本人が気づいていないこの国の魅力をキャッチしています。エンタメ、食文化、日本人のルーツと歴史、日本各地の魅力など「日本人が知らない日本」を発見できます。

夫婦ふたり第二幕スタートのレシピ
藤井 恵著 / 『ふたりときどきみんなでご飯』

エムディエヌコーポレーション

教養娯楽

遠くに南アルプスの山並みが広がる長野県原村に移住した、料理家・藤井恵。夫婦ふたりでいただく軽めのご飯+笑顔が広がる食いしん坊レシピ集。塩分控えめで、植物性タンパク質が豊富な体により朝食、昼食、夕食メニューのほか、お酒に合うレシピも紹介。信州の食材や器の話、美しい八ヶ岳の景色など盛りだくさんの内容です。

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

最近、SDGsの環境問題について考える機会があったのですが、「何をどのように始めれば？」と、もやもやしていました。そんな私がつい先日、そのもやもやを解消してくれる本に出会いました。それがこの1冊です。

この本の特徴は、「テーマがプラスチックフリー（脱プラ）」「写真が多く、とても分かりやすい」

今月の案内人



村上 律子さん
〔町図書室職員〕

「提案が具体的」というところです。プラスチック問題の基礎知識を学び、改めて生活空間にある

Read This Story!

～ My Favorite Story ～
私のおすすめ図書

『暮らしの図鑑 エコな毎日』(中嶋 亮太・古賀 陽子 著)

衣食住、生活のさまざまなシーン別に気軽に取り組める工夫やアイテムを幅広く紹介。外出先や買い物で減らせるプラスチックのコツも掲載しています。

プラスチック製品の多さと便利さ、そしてそれらが引き起こしている問題の深刻さを知りました。そこで具体的に何をするかですが、「プラスチックをなるべく減らしていく」ということで、さまざまな提案、実例を見ながら、「これはもうやっている!」とか「これならできそう」「これはさすがに無理かも」と、自分の生活スタイルに合わせて取り組んでいます。

興味のある人はぜひ読んでみてください。おすすめの1冊です。

●あなたの「おすすめ図書」をご紹介してみませんか?

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

▶ 町公民館からのご案内

公民館主催講座のご案内

町公民館では、心豊かな生き方を応援するため、さまざまな講座を開催しています。各講座の詳細については、お尋ねください。

● 町民大学

健康、歴史、福祉などをテーマに講師を招き、学びます。全6回開催予定。受講料無料。

● 郷土の歴史を訪ねて

町内外の歴史的な文化財や史跡を町文化財保護委員と訪ねます。

● ステップアップ講座

調理教室など生きがいある生活のための機会を提案する講座です。

● 子ども講座

伝承遊びや工作などを行います。

● 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)

町公民館出前講座 腰痛・膝痛を学ぶ

8月25日(木) 上豊公民館

民館で出前講座が開催され、谷田病院の長尾俊宏理学療法士(宇城市)を講師に迎え、上豊内老人会の7人が腰痛や膝痛の原因と予防方



▲長尾理学療法士の説明に耳を傾ける参加者の皆さん

法について学びました。参加者は、腰椎椎間板ヘルニアなどの症状や原因について説明を受けながら、3日以上の安静は逆効果で

あること、変形性膝関節症などと同様に、正しい運動を通して痛みを軽減できることなどを学びました。長尾さんは「腰痛や膝痛の予防・改善のためには、正しい方法で運動を続けることが大切です。ただし、無理はしないようにしましょう」と日々の生活が大切だと呼び掛けました。

町公民館出前講座

認知症について学ぶ

9月12日(月) 船津公民館で出前講座が開催されました。町福祉課の内村溪一郎保健師を講師に迎え、船津老人会の16人が、認知症について学びました。参加者は、認知症の前段階である軽度認知障害の時の脳の活性化や生活習慣の



▲船津老人会の皆さんに認知症予防の大切さを伝える内村保健師

包括支援センターでは認知症についての相談会を毎月第3水曜日に行っています。認知症に関するお悩みがある人はぜひ参加してみませんか。地域で自立した生活を送るために、早いうちから認知症予防について考えましょう」と呼び掛けました。

見直しを行うことが認知症予防に効果的であると説明を受けました。内村さんは「甲佐町地域

Human Rights

人権 ～心豊かに暮らすために～

■ 甲佐町人権教育推進協議会 総会を開催しました

8月4日(木) 町生涯学習センター・研修室で、令和4年度甲佐町人権教育推進協議会総会が開催され、甲佐町人権教育推進協議会基本方針が示されました。

■ 甲佐町人権教育推進協議会 基本方針(抜粋)

すべての町民が心豊かに暮らすために、お互いの人権を尊重し合い差別のない、明るく住み良い地域づくりを目指す。そのため、同和問題を

人権教育の重要な柱として捉え、あらゆる人権問題の解決のために、さまざまな機会を通して人権意識を培い、差別意識の解消に向けた人権教育を推進する。

本町では、これまでも部落問題をはじめあらゆる差別を解消するための啓発活動に取り組んできているところではあるが、単に人権問題を知識として学ぶだけではなく、身近な日常生活において、互いの人権を尊重する態度や行動を培うことのできる人権感覚を養う必要がある。新型コロナウイルス感染症のまん延による、いわゆる「コロナ差別」やイン

ターネットやSNS等による誹謗中傷などもいまだ後を絶たず、深刻な人権問題となっている。今後は、町民の日常生活の中での意識や行動に成果が表れるような啓発活動・研修等の実施、コロナ禍における活動等の工夫・研究等を行い、広く住民に浸透させる取り組みを強化させる必要がある。

この基本方針をもとに、今年度も町の人権教育について推進していく。

● 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)