図書館　今月のピックアップ

司書おすすめの２冊を紹介します！

「狂言えほん　かきやまぶし」

講談社
もとした　いづみ：文／田中　六大

昔、出羽の国の羽黒山の山伏が、修業を終えて大威張りで帰る途中、空腹になり、柿の木を見つけました。喜んで木に登り、柿の実をつぎつぎにもいで食べていると、畑の主が現れました。山伏はあわてて隠れましたが、畑の主には丸見えです。そこで、畑の主は柿を盗んで食べていた山伏をからかってやろうと思いつくのですが…。日本の伝統芸能である狂言を、子どもさん向けにわかりやすく表現した楽しい絵本です。

「ポリポリ村のみんしゅしゅぎ ～絵本で選挙を体験しよう～」

かもがわ出版
蒔田　純：文／おかやま　たかとし：絵

ポリポリ村は、美しい湖や山々があって国中から旅行者がくる素敵な村です。しかし冬になると、村の湖にドラゴンが来るので、その間は怖がって旅行者が来ません。そこで、ドラゴンを追い払いたい村人たちと、ドラゴンの宝石のような鱗を手に入れて村特産の工芸品にして売ろうという村人たちに分かれ、村長選挙をすることにしました。この絵本は、どちらかに投票することでお話の続きを読むことができる『選挙体験絵本』です。

図書館からのお知らせ

●児童室前の絵本展示

９月の児童室前の絵本展示のテーマは「どうぶつの絵本」です。９月の動物愛護週間にちなんで、動物の絵本を展示いたします。

からだの大きなクマさんと、小さなヤマネくんは大の仲良し。季節を通して２ひきの友情が語られる「おおきなクマさんとちいさなヤマネくん」の人気シリーズなど…かわいい動物の絵本がたくさんあります。どうぞ親子でご覧ください。

●丸テーブルの展示

９月の丸テーブルの展示テーマは「ファッションの秋」です。

スカーフやストール、マフラーの巻き方など、ちょっとお洒落上級者になれるアイテムを使いこなす本や、小柄な人に似あう洋服の選び方の本、靴の選び方やお手入れ方法の本など、ファッションに関する本を多数集めて展示いたします。

さまざまな年代の方に楽しんでいただける展示コーナーです。どうぞのぞいてみてください。

●スペシャル展示コーナー「SF 小説」

今年は、ＳＦ作家・小松左京の生誕 90 年にあたります。日本を代表するＳＦ作家の一人で、たくさんの著作があります。「日本沈没」「復活の日」「明日泥棒」など…好奇心旺盛で科学知識を学ぶことに余念がなかった小松左京の作品のほか、ほかのＳＦ作家の作品も同時展示いたします。子どもさん向けの作品もありますので、ぜひ展示コーナーをのぞいてみてください。

●ご自宅に眠っている児童書はありませんか？

ご自宅に、もう読まない「児童文学」や「絵本」はありませんか？　町図書館では 11 月に「児童書フリーマーケット」を開催予定です。ご自宅に眠っている「児童書」がありましたら、図書館カウンターまでお持ちください。なお、学習まんが以外のマンガ本は受付しておりません。

●ＣＤ・ＤＶＤを借りる方へのお願い

ＣＤやＤＶＤなどの視聴覚資料を返却ポストへ入れると、ケースや本体が傷ついたり、割れてしまうことがあります。視聴覚資料は、図書館が開いている時にカウンターへ直接お返しくださるようにお願いいたします。

保健師だより　あなたの健康支えます !!

ストレスを感じていませんか？　9月10日～16日は自殺予防週間です

新型コロナウイルスの流行により、感染リスクや自粛による影響でストレスが高い状態が続き、メンタルヘルスにも影響が出ている方も少なくありません。隔離や自粛生活によるストレス、コミュニケーション減少による孤独化、感染への恐怖とそれがもたらす偏見等の社会反応、失業や経済的困窮によるストレスなど、心身ともに不安定な状態になっています。

ストレスが過剰に蓄積されると、心理面や身体面、行動面にサインが現れます。自分自身や周囲の人に思い当たることがないかチェックしましょう。

●心理面…イライラする、怒りっぽい、不安感、無気力など
●身体面…食欲の低下、頭痛、動悸、めまいなど
●行動面…深酒、過食、多動など

上記のようなさまざまなストレスが蓄積し、悩みを解決する方法がみつからない場合、やがて「うつ病」などこころの病気を引き起こしてしまいます。うつ病は、こころと体の不調が長く続き、日常生活に支障をきたしてしまう状態です。休養も大切ですが、治療しなければ改善されません。そして、誰しもがかかるかもしれない病気です。早期発見・早期治療が大切ですが、本人が気づいていないこともあります。そんなときは、まずご家族が相談することもひとつの方法です。「うつ病かも？」と感じたときには町保健師や医療機関へご相談ください。

●相談窓口　①新型コロナウイルス感染症に関するこころの相談窓口
⇒こころの電話（福島県精神保健福祉センター）　☎ 024-535-5560
②こころの健康に関する相談窓口　⇒　町健康環境課　☎ 62-2115

◎自家消費野菜等食品放射能測定結果について

７月に実施された町内産の自家消費食品放射能検査の結果は、右表のとおりです。国の暫定基準値 100 ベクレル /kgを超える数値が検出された食品は、０件でした。また、井戸水の検査実施はありませんでした。

なお、検査に出される際には、正確な判定を行うため、食材 500 グラム以上が必要となります。付いた土（泥）などを洗い流し、食べられない部分はできるだけ取り除いた水分などを含んでいない調理前の材料をご持参ください。

※材料の量や状態などで正確な判定ができない場合や町外産の食材を持参された場合は、参考測定扱いとしての結果報告となりますのでご承知願います。

食品名	件数	検出件数	食品名	件数	検出件数
さやいんげん	1	0	みょうが	2	0
ズッキーニ	1	0	かぼちゃ	1	0
モロッコいんげん	2	0	おくら	1	0
なす	1	0	合計	9	0

●問い合わせ先　簡易放射能測定センター
（勤労青少年ホーム内）☎ 62－2444

母子手帳アプリ「すくすくアプリかがみいし」利用開始

～乳幼児健診の日程や町の子育てに関する情報をプッシュ通知でお届けします！～

町では子育て支援の一環として、母子手帳アプリ「すくすくアプリかがみいし」の提供を８月より開始しました。このアプリは、妊娠中の記録やお子様の成長の記録のほか、出産育児に関する基礎情報の配信や育児日記等に利用できます。また、町の子育て支援に関する情報についてもお届けいたします。

子どもの成長記録や健康データをスマートフォンなどで手軽に閲覧できますので、ご両親はもちろん、離れた地域に住む祖父母など、ぜひ皆さんでご活用ください。

【利用方法】①アプリストアからダウンロード　⇒　「母子モ」で検索
② Web 版　⇒　https://www.mchh.jp　　●問い合わせ先　健康環境課　☎ 62-2115