

図書館だより

5月の利用状況
 ●入館者数：11,271人
 ●貸出者数：3,999人
 ●貸出点数：18,850点

問い合わせ 宇美町立図書館 ☎ 932-0600 [FAX] 932-0631

たなばたおはなし会
 【日時】6月28日(水) 10時30分～11時30分
 【会場】うみ・みらい館多目的ホール
 ※参加無料・申込不要

7月の特集コーナー
 【一般書コーナー】『涼を呼ぶ本』
 『妖怪図譜』安村敏信/監修 平凡社
 『美しい日本の廃墟』ヨウスケ/写真・著
 エムディエヌコーポレーション

【児童書コーナー】『さすくくなる本』
 『かっぱ』柳田国男/原作 汐文社
 『かちかちやま』まつたにみよこ/文 ポプラ社

うみ・みらい館展示コーナー
 郷土の画家の絵画展「人見春雄とゆかいな仲間たち」
 町内在住の画家・人見春雄氏と絵画教室のみなさんの作品を展示。

【開催期間】6月18日(日)～7月16日(日)
 ※期間中、6月25日(日)・7月9日(日)子ども絵画ワークショップ「模写してみよう絵本の世界」があります。

【新刊案内(一般書)】
 『映画と本の意外な関係!』
 町山智浩/著
 集英社インターナショナル

夏休み子ども映画会
 7月22日(土)・7月30日(日)に映画会を開催します。詳しくは7月号に掲載いたします。

【会場】うみ・みらい館多目的ホール

毎月23日は「宇美町読書の日」
 ブックリストの「夏号」を図書館で配布しています。HPでもご覧いただけます。図書館おすすめの本を読んでもみませんか。

雑誌スポンサー随時募集中
 詳しくは、図書館にお問い合わせください。

ギックボラン

宇美町ボランティア情報

このコーナーでは、ボランティアなどの公益的な町民活動をしている人や団体を応援し、ボランティアの「はじめの一歩」のきっかけになるような記事を掲載しています。

申込・問い合わせ ボランティア・町民活動支援センター
 ふみらぼ(し〜ず・うみ内) ☎&[FAX] 933-1110

参加無料

ボランティア講座のお知らせ

ボランティア入門講座

～地域の見守りボランティア「おはよう じいじ」始めませんか?～

自分の住む地域の住民(特に高齢者や子ども)への声掛けや見守り活動に気軽に参加してみませんか? 定年退職後の夢はなんですか? 「おはよう じいじ」になってみませんか?

日時	7月13日(木) 13時～14時
対象	平日の日中、地域で過ごしている方。特に退職後の元気な男性(女性も可)
定員	50名(定員になり次第締め切ります)

団体向けボランティア講座

～活動のふりかえりをしよう!～

定例会やミーティングのコツを学んでみませんか?

日時	8月3日(木) 13時～14時
対象	ボランティア団体で活動している方
定員	50名(定員になり次第締め切ります)

共通事項

講師	NPO法人 ミディエイド	場所	多目的室1 (し〜ず・うみ内)
申込方法	①講座名 ②氏名 ③連絡先 を☎かFAXで申し込みください。		

けんこうだより

問い合わせ 健康づくり課 健康推進係(うみハピネス内) ☎ 933-0777

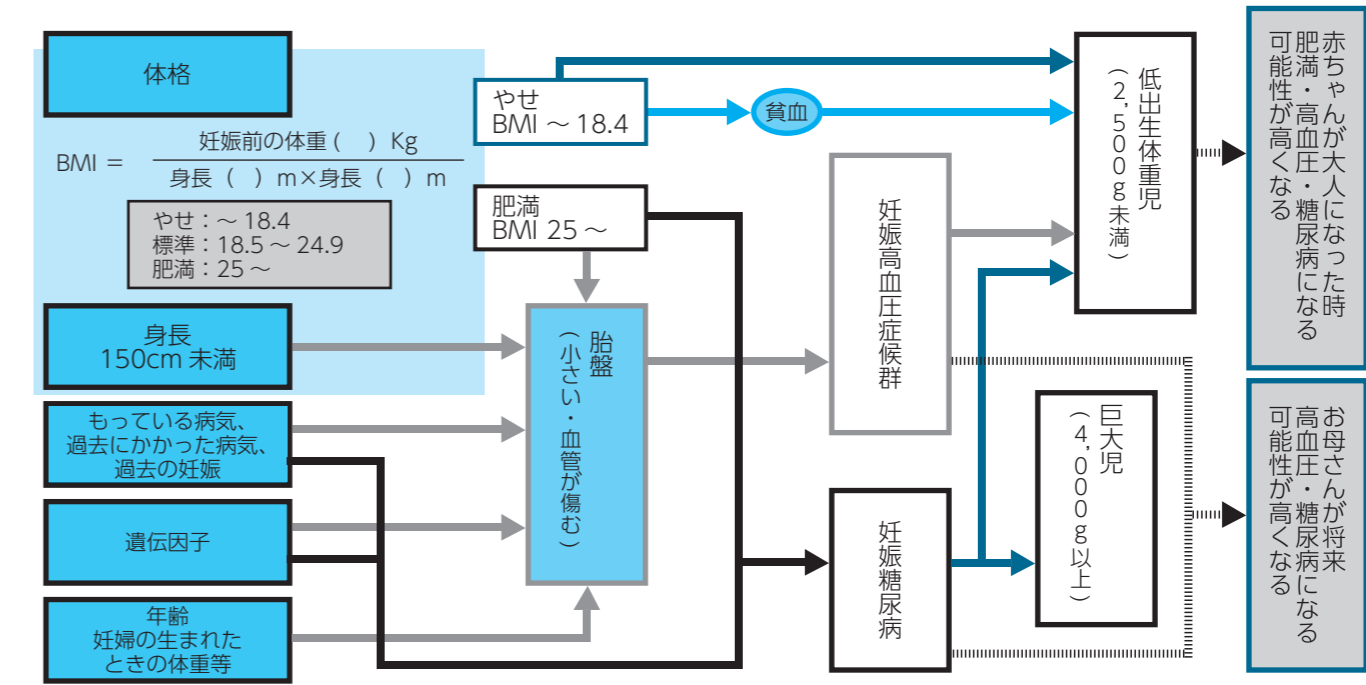
～これから“お母さん”になる方、“お母さん”になった方へ～
 お母さんの体のため、生まれてくる赤ちゃんの体づくりのために、大切なことがあります。

① 次世代を生き育てる体づくりは、妊娠前から始まっており、生活習慣が基盤となります。
 体の中では、普段の生活で食べているもの、飲んでいるものが血液に流れており、妊娠すると、その血液から、おなかの中の赤ちゃんは栄養をもらいます。母乳も血液から作られていますので、赤ちゃんが生まれた後も、お母さんの血液のなかが影響します。

- 普段どんな食生活をしていますか? 下の図を使って、ご自分の生活(食べ方、動き方、仕事、飲酒、喫煙など)を振り返ってみましょう。
- 振り返った生活が、ご自分の体にとってどう影響しているかを見る機会が健康診査です。この機会に健康診査を受けて、今の体の状態を知りましょう。町では16歳から健康診査を受けることができます。



② 妊娠中の経過は、生活習慣や遺伝因子などから妊娠前に予測できることがあります。
 ●ご自分の妊娠前の体の状態(体格や遺伝因子など)を知りましょう。



健康づくり課の取り組み
 健康づくり課では、妊娠前からはもとより、母子健康手帳交付時、妊娠中、生まれた後においても、生まれてくる赤ちゃんとお母さんへの健康支援を行っています。ご心配なこと、分からないことなどがあれば、健康づくり課までご連絡ください。