

# 図書館だより

8月の利用状況  
 ●入館者数：21,359人  
 ●貸出者数：6,044人  
 ●貸出点数：27,115点

問い合わせ 宇美町立図書館 ☎ 932-0600 (FAX) 932-0631 ●ブックリスト秋号配布中

## 開館10周年記念事業「図書館読書まつり」

町立図書館開館10周年を記念して、たくさんの楽しいイベントを行います。皆さんぜひ参加してください。

### 10月28日(土)

●人形芝居かすべるによる  
人形劇「西遊記そんごく」  
 【時間】11:00～12:00  
 【場所】うみ・みらい館 多目的ホール

●宇美町立図書館開館10周年を祝う会  
作家 山口 幸三郎氏の講演会開催！  
 「探偵・日暮旅人」シリーズがテレビドラマ化され、注目をあびている新進気鋭の作家山口幸三郎さん(宇美町出身)が、その思いを語ります。地元中学生を交えた楽しいトークショーも計画しています。入場無料。  
 【時間】14:00～16:00(受付13:30)  
 【場所】中央公民館 大ホール



### 10月29日(日)

●読書ボランティア団体おはなし会  
図書館と読書ボランティアが共働した催しとして、読書ボランティア5団体が楽しいおはなし会を開きます。  
 【時間】午前の部 11:00～12:00  
 午後の部 13:15～15:10

●中学生読書サポーターによる  
ビブリオバトル大会  
 【時間】14:00～16:00

●ブックリサイクル  
10月22日(日)、29日(日)に開催  
 【時間】10:00～16:00

●町民みんなのいちおしBook  
 【募集期間】9月29日(金)～10月25日(水)  
 【展示期間】10月27日(金)～11月24日(金)  
 【用紙配布】図書館カウンター

10月28日(土) 宇美町立図書館開館10周年を祝う会  
 開会 14:00  
 (受付13:30～)  
 中央公民館 大ホール  
 入場 無料  
 定員:400名

その他、布の絵本の展示があります。詳細は、次号でお知らせします。

### 10月の特集コーナー

- 一般書コーナー「運動で健康な体をつくる」
- 児童書コーナー「運動だいすき」

## ブックボランティア

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

## ボランティア講座 開催しました!

講師：NPO法人ミディエイド 牛嶋氏

7月13日(木) 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?**  
 を開催しました!

自分の住む地域住民への声かけや見守り活動はどのようにすればよいか、定年退職後のボランティア活動のきっかけづくりなど、講師から貴重なお話やアドバイスをいただき、有意義な講座になりました。



8月3日(木) 団体向けボランティア講座  
**活動のふりかえりをしよう**  
 を開催しました!

団体活動の中で感じている課題を整理し、解決策を考え、団体活動のミーティングのコツを学びました。また、他団体の方と一緒に解決策を考え、交流も深めました。



## けんこうだより

健康づくり課からの健康に関する情報 Health

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

## 平成29年度前期住民健診(5～7月)結果です

平成29年度の前期住民健診(5～7月)が終了し、1,729名の方に健康診査を受診していただきました。その結果をまとめました。

### ①世代別受診者数(前期健診)

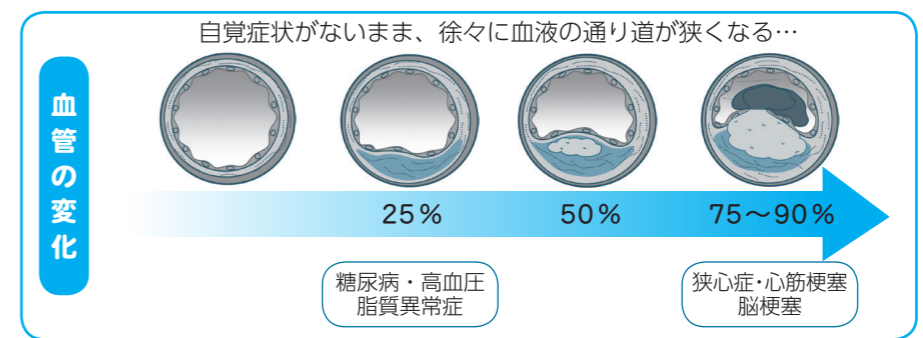
受診者(人)	合計	40歳未満	40歳代	50歳代	60歳代	70～74歳	75歳以上
H28	1,861	133	152	210	918	390	58
H29	1,729	169	129	173	792	400	66
増減	▲132	+36	▲23	▲37	▲126	+10	+8

▶受診者の総数は平成28年度より減っていますが、40歳未満の若い方の受診者数は増加しています。

### ②生活習慣の改善が必要な段階以上の値であった方の割合(40～74歳)

項目	血圧	血糖	HbA1c (2～3か月間の平均血糖)	LDL コレステロール
基準値	130 / 85以上	100以上	5.6以上	120以上
基準値以上の方の割合(%)	44.6	35.5	80.4	58.8

▶受診者のうち3割以上の方が、血圧・血糖・LDLコレステロールにおいて、値が高い結果となっています。血圧・血糖・LDLコレステロールは、値が高いままの状態が続くと、血管を傷つけ動脈硬化が進行してしまいます。(下図)  
 血管の病気を起こさないためには、**血管を傷つけるこれらの値を下げてください。**



## 健康づくり課からのメッセージ

血液中の成分は、口から入った食べ物や飲み物で出来ていて、毎日少しずつ入れ替わっています。自分の体を流れている血液の中身がどうなっているか知るために、健診を受診することが大切です。  
**11月の健診は、10月2日(火)までお申し込み可能です。**  
 自分の体を知る良い機会になりますので、まだ受診されていない方はぜひお申し込みください。