

図書館情報

今月のMiniコレクション

○敬老の日…「読書のすすめ」

読書をして心の健康を保ちませんか？

新刊情報 [一般]

『送り火』	高橋 弘希	文藝春秋
『下町ロケット〔3〕』	池井戸 潤	小学館
『未来のミライ(角川アニメ絵本)』	細田 守	KADOKAWA
『小平奈緒-栄光と友情-』	甲斐 毅彦	汐文社
『今すぐ食べたい!すごい缶詰150』(イカロスマック)		イカロス出版

特別展示

平成29年度「あおりの中学生・高校生による『大切なあなたへ薦める青春の一冊』」

セットを青森県立図書館よりお借りし、展示・貸出しします。

・展示・貸出し

10月10日(水)まで

平成30年度ブックスタート対象者～読み聞かせのお知らせ

- 対象……4ヵ月健診時に中泊町に住所を有する乳児(平成30年4月生～平成31年3月生)
- 日時など

・4ヵ月健診終了後……14時30分～

・毎月第3日曜日……10時～(第3日曜日が祝日と重なった場合…第4日曜日)

※詳しくは、17ページの「まちのイベントカレンダー」をご覧ください。町図書館(TEL 69-1111)までお問い合わせ下さい。

HOT!!

スペシャルおはなし会「そんごくう」



7月31日(火)に絵本からとびだした人形たちへあいに行こう! と題し、スペシャルおはなし会「そんごくう」が行われました。観客たちは、おはなし会にもかかわらず、ダイナミックに飛びまわるそんごくう達を前に、とても楽しんでいました。

HOT!!

職業講話「弁護士のひみつ」



8月4日(土)には立花法律事務所代表の立花康雄弁護士を講師に、小中学生向けの職業講話「弁護士のひみつ」が開かれ、弁護士の仕事や裁判について学びました。弁護士バッチのデザインが自由と正義を意味するひまわりと、平等を表すてんびんをモチーフにしていることを説明すると、子どもたちは真剣な眼差しを送っていました。

第62回 船員労働安全衛生週間



～確認しましょう2度、3度 笑顔で家族に会うために～
9月は船員労働安全衛生月間です。

博物館ニュース
Museum News
VOL.84

【8911】

◆特別展「石に恋して―輝石の出会い―開催！

縄文時代から人々に愛好されてきた美しい石の魅力に迫ります。小泊産の黒曜石をはじめ、世界の注目を集めた西目屋尾太鉦山産マンガン、新潟県糸魚川産ヒスイ・岐阜県産ざざれ石から、中国産軟玉・アメリカ珪化木まで、国内外の奇石・珍石・化石を一堂に展示します。

日時：9月21日(金)〜12月2日(日)
午前9時〜午後4時45分(最終入館午後4時15分)／休館日：毎週月曜・第4木曜・祝日／入館料：通常料金(一般200円、高校学生100円、小・中学生50円)



大型魚化石(ブラジル)
ハート形水晶(山梨乙女鉦山)
アンモナイト(ドイツ)

◆「武田地区たんけん」開催！



7月下旬、武田地区の歴史をたどる子ども教室が開催されました。岩木川の堤防を駆け上り、ヨシキリなど野鳥のさえずりに耳を傾けたり、足下をうごめく昆虫を観察。竹田開拓では、唯一残されている開拓者住宅や協和分校跡を訪れました。十三湖にそぐ岩木川河口を見学した後、豊岡のスイコ様の前で記念撮影。夏休み、水難事故に遭わないようお祈りしました。



◆平成30年度博物館実習！

八月上旬、弘前学院大4年小笠原佳奈さん(五所川原市)が博物館実習に挑み、日常的な博物館の仕事体験・資料の取り扱いといった基礎的な内容から、企画展立案・子ども教室開催などより実践的なものまで、多彩なメニューをこなしました。



◆「今泉分館」特別一般公開！

お盆の最中、今泉分館では、一日限りの一般公開が実施され、多くの来館者で賑いました。



119 消防&救急

9月9日は「救急の日」

9月9日は「救急の日」です。一般市民の方々に日頃の救急車の適正利用や心肺蘇生処置に対する正しい理解と認識を深めてもらい、かつ救急医療関係者の意識高揚を図るために「救急の日」と定めています。

近年の全国の救急出場件数は10年前と比較して約20%増加しています。その中には緊急性の低い、不適正な利用も増加しています。

こんなときは
すぐさま119番！

次のような事態は、緊急を要します。すぐさま119番通報し、救急車を要請しましょう。

- ・意識がない
- ・呼吸困難
- ・急な息切れ、胸痛
- ・突然の強い頭痛
- ・ろれつが回らない
- ・プールや海で溺れた
- ・のどに物を詰まらせた
- ・ケガや事故での大出血
- ・高所からの転落

その症状本当に
緊急ですか？

次のような症状では救急車の利用は控えましょう。
・指先を切った
・日焼けで肩が痛い
・靴ずれが痛い
大切な命のために一人一人が救急車の適正利用を心掛けましょう。皆様のご協力をよろしくお願いします。



住宅用火災警報器の設置
および作動確認を！

住宅用火災警報器は全ての住宅に設置の義務づけられています。しかし依然として設置率が低い状態です。また、住宅用火災警報器は10年を目安に電池または本体の交換時期になりますので、設置している住宅では作動確認を行いましょ。



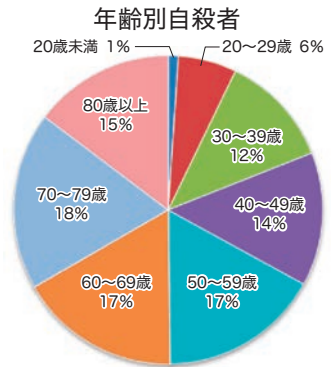
かけがえのない「いのち」を大切に!

WHO(世界保健機関)では、世界的な自殺予防対策の啓発を目的として、毎年9月10日を「世界自殺予防デー」、また日本では9月10〜16日を「自殺予防週間」と定めています。自殺は誰もが出会う可能性のある問題です。自殺を身近な問題として考えてみるのが、大切な命を守る第一歩となります。

■自殺の現状

厚生労働省が発表した平成29年の人口動態統計では、青森県の自殺者数は265人で、過去最多であった平成15年以降、最小となりました。しかし、自殺率(人口10万人対)をみると、ワースト3位と、全国と比べ高い状況が続いています。また、町においても毎年数名の自殺者があります。

青森県の自殺の背景をみると、高齢者や壮年層(40〜64歳)に多く見られ、健康への不安や周囲との関係が希薄になることなどから抑うつ状態になりやすいという特徴が見られています。



た、国の「自殺対策白書」によると15〜34歳において自殺が死因の第1位となっており、若年者への自殺対策も重要な課題となっています。

自ら命を絶つた人の多くは、

耳を傾けねぎらう

本人の気持ちを尊重し、責めたり否定したりせず、じっくりと耳を傾ける

変化に気づく

眠れない、食欲がない、口数が少ない…家族や仲間のいつもと違う様子に気づいて声をかける

温かく見守る

話を聴いた後も、温かく寄り添いながら、見守る

支援先につなげる

早めに相談口や医療機関などの専門家に相談するよう促す

何らかのこころの病気があったとの報告があります。こころの病気が自殺へと向かう大きな原因となります。病気に早期に気づき、適切な治療につなげることで、自殺の予防につながります。

◆かけがえのない命を守るためにできること

自殺を考えている人は、悩みを抱えながらもサインを発しています。身近な人が気づいてあげることが大切です。

*誰かに話してみよう

悩みやストレス、眠れない：そんな時は一人で抱え込まず、誰かに相談しましょう。思いを打ち明けてホッとしたり、自分

心の健康相談窓口

- 眠れない、つらい…
 - ・中里保健センター ☎57-3920
 - ・小泊保健センター ☎64-3748
 - ・五所川原保健所 ☎0173-34-2108
 - ・県立精神保健福祉センター ☎017-787-3957
 - こころの電話 ☎0172-33-7830
 - ・青森県ひきこもり地域支援センター ☎017-787-3953
- 子どものこと
 - ・五所川原児童相談所 ☎0120-75-6552
 - ・子どもの人権110番 ☎0120-007-110
- 多重債務など
 - ・青森県消費生活センター ☎017-722-3343
 - ・青森県司法書会総合相談センター ☎0120-940-230
 - ・法テラス青森 ☎050-3383-5552
- DVや離婚、セクハラなど
 - ・青森県女性相談所 ☎017-781-2000

健診を受けた後は…

一人では気づかない問題点を見つけたことがあります。町や県でも、こころの健康相談や多重債務などの相談窓口があります。

生活習慣を

見直すことが

将来の健康を

左右します!

自覚症状が少ない生活習慣病やがんに気づくためには、健診(検診)を受け、結果からからだの変化に気づき、行動することが大切です。保健指導係では、健診結果説明会や健康教室を行っています。ぜひ、ご利用ください。

■健康教室①

『自分の健康(血管)は自分で守る』 健診結果からからだのサインを知ろう!

講師：国保こどもり診療所

平野貴大先生

日時：10月5日(金)

午後6時30分〜8時

会場：役場本庁1階 小会議室

■健康教室②

『糖尿病悪化を防ぐ…血糖をこ

ントロールするためのヒント』

講師：国保こどもり診療所

平野貴大先生

日時：10月11日(木)

午後5時30分〜7時

会場：小泊支所 第1研修室

■健康教室③

健診後運動教室(小泊地区)

講師：健康運動指導士(スタジオ

オ・アフエクションより)

日時：9〜12月

(第2・4水曜日)計8回

午前10時〜11時30分

会場：小泊支所イベントホール

■健康教室④

健診後運動教室(中里地区)

講師：健康運動指導士

鬼武由美子先生

日時：10月4日(木)、10日(水)、18

日(木)：計3回

午後6時30分〜8時

会場：中里中央公民館大ホール

◎献血にご協力を

お願いします

町では左記の期間、移動バスによる街頭献血を行いますので、ご協力をお願いします。

■献血実施日

10月11日(木) 14時〜16時

会場：小泊支所前

まちのイベントカレンダー

9 月			10 月		
16	日	9:30~ 活ハマまつり 10:00~ 図書館…ブックスタート対象者読み聞かせ	1	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)
17	月		2	火	
18	火		3	水	
19	水		4	木	18:30~ 健診後運動教室(中里中央公民館)
20	木		5	金	18:30~ 健診後健康教室(役場 小会議室)
21	金	9:00~16:45 特別展「石に恋して—輝石の出会い— (仮題)」(~10/14:博物館)	6	土	
22	土	13:00~ 図書館…みんなで楽しむおはなし会	7	日	
23	日		8	月	
24	月		9	火	
25	火		10	水	18:30~ 健診後運動教室(中里中央公民館)
26	水		11	木	14:00~16:00 献血(小泊支所) 17:30~ 糖尿病予防教室(小泊支所 第1研修室)
27	木	12:50~ 乳児健診 14:30~ 図書館…ブックスタート対象者読み聞かせ	12	金	
28	金		13	土	
29	土		14	日	8:10~15:00 第8回大沢内ため池ウォーキング
30	日		15	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)

NAKADOMARI PUBLIC RELATIONS SEP. 2018.

奥谷 ミサ 76 (薄市下)
成田 イツ 87 (尾別)



お悔やみ申し上げます

河野 あかね (宮城県)
成田 徹 (下前中)
佐藤 春菜 (青森市)
宮越 佑哉 (派立上)
原田 麻里菜 (五所川原市)
小寺 隆斗 (薄市上)
今智 智美 (黒石市)
高松 佑次 (田茂木)



結婚おめでとうです

角田 璃乃 (女・憲亮) 深郷田上
成田 權 (男・渉) 薄市下
久保田 湊 (男・司) 富野
木村 日香 (女・憲和) 上高根
神 翔葵 (男・省伍) 今泉下
今 衣桃 (女・崇之) 五林



お誕生おめでとうございます

(7月届出分)

戸籍の窓口



田中 あい 95 (下前上)
北島 芳只 78 (温泉町)
秋田 富士 88 (若葉町)
珍田 市太郎 69 (向町下)
福士 喜次郎 93 (薄市下)
神中 哲昭 69 (派立上)
田中 里サ 89 (大沢内)
工藤 英 82 (向町上)
友田 圭一 89 (向町上)
宮越 夕ヨ 86 (尾別)

人のうごき

7月末現在(前月比)

人口 11,218人(-12)
中里地区8,220人/小泊地区2,998人
男 5,260人(-3)
女 5,958人(-9)
世帯数 5,135(+4)
出生 2 / 死亡 19
転入 20 / 転出 15