

図書館情報

子ども教室情報

11月のおはなし会
「なにをかこうかな？」

「芸術の秋」にちなんで、えかきうたの本や絵をめぐる、ふしぎなお話の読み聞かせや、クリスマスグッズの制作体験を実施します。どうぞ、お気軽にお越しください。

◆日時

11月24日(土)
午後14時30分から

◆場所

町図書館

※ほかの日にも、紙芝居や読み聞かせをします。絵本コーナーのカレンダーを見てね！

今月のMiniコレクション

◆児童コーナー ～冬の絵本～

冬のイメージが、さらにふくらむ楽しい絵本をあつめてみました。

◆一般コーナー ～温泉でほっこり気分～

寒くなってくると温かいお湯にゆったりつかりたいもの。そこで今回は、温泉に関連した本を集めてみました。疲れた身体を癒したいあなた、本を読んでほっこり気分を味わってみませんか？

新刊情報 [一般]

『宮崎駿が描いた少女たち』	野村幸一郎	新典社
『すぐ死ぬんだから』	内館 牧子	講談社
『今さら聞けないお金の超基本 ー節約・貯蓄・投資の前にー』	坂本 綾子	朝日新聞出版
『爆身』	大沢 在昌	徳間書店
『ボーダレス』	菅田 哲也	光文社

もっと！ ルック！ ブック！ 図書館の話題

9月22日(土)に、読書・図書館にもっと親んでもらおうと「みんなで楽しむおはなし会」が、総合文化センターパルナスで開催され、町内外の読み聞かせ団体5組が読み聞かせをしました。

園児からお年寄りまで幅広い世代の人たちが訪れ、プロジェクターや書画カメラを使うなど工夫をこらした絵本や、大型紙芝居、昔話などを楽しんでいました。



10月20日(土)には、フルートアンサンブルがありました。弘前市吹奏楽団の3人が美しい音色で図書館を包み込み、いつもと違う図書館を演出していました。菅原夏音さん(7歳)は「知ってる曲があった。きれいな演奏だった」と話しました。



10月24日(水)は、絵本作家や俳優、読み聞かせで活躍する三橋美奈子さんを招き、津軽地方に伝わる民話の読み聞かせ会がありました。民話の中には中里地域に伝わる民話もあり、集まった人たちは、三橋さんの語りべに聴き入っていました。

博物館ニクス
Museum News
VOL.86

TEL 09-1111

◆秋の企画展「石に恋して―輝石の出会い―開催中!



【主な出品資料】

①箱庭・宮沢賢治「銀河鉄道の夜」小説中の水晶の河原をモチーフとしています。「津軽錦石」や「神居古潭石」など、名石の水を水晶の川が流れます。

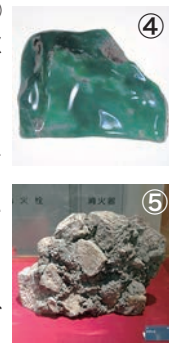


②日本式双晶(山梨県乙女鉱山) 2つの結晶が約84度の角度で接合し、ハート型を呈した水晶。
③菱マンガン(西目屋村尾太鉱山)

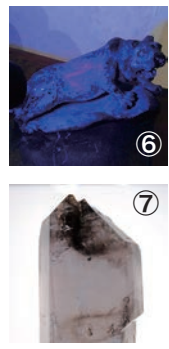
山)ピンクの美しい色合いは、世界の鉱物マニアに大人気。



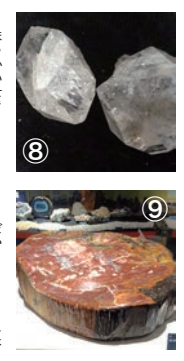
④クリソプレーズ(オーストラリア)鮮やかな緑色が目に染みるような緑玉髄。
⑤さざれ石(岐阜県揖斐川)細石が、長時間を経て大きな岩塊に成長したものです。



⑥ルビーインゾイサイト ブラックライトを照射すると、ルビーが赤く発色します。
⑦封入水晶 水晶の成長が早かったため、太古の水や空気が閉じ込められたものです。



⑧ハーマキータイヤモンド(米国ニューヨーク州)ダイヤモンドのような輝きを持つ高い透明度の水晶です。
⑨珪化木(米アリゾナ州)三畳紀約2億3千万年前の樹木が美しい化石となったものです。



⑩方解石 本来は大理石や鍾乳石を構成する鉱物ですが、本石は顔のように見えます。
⑪メニライト 「新津軽小僧」(五所川原市喜良市)小さく形が面白いことから命名されました。



⑫オーロラライト23(カナダ)23種類の鉱物を含む紫水晶。
⑬ヒスイ(新潟県糸魚川)ヒスイ輝石を含む硬玉を指します。日本の「国石」として日本地質学会で選定されました。



日時:12月2日(日)まで 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)

119 消防&救急

秋の火災予防運動「防火パレード」実施!

10月15日(月)、秋の火災予防運動の一環として幼年消防クラブ防火パレードを実施しました。

町民に防火意識の高揚を図るため、各団体が参加し火災予防を呼びかけました。

津軽中里駅から出発したパレードには、中里こども園・富野こども園の園児約70名が参加し、防火演技や演奏を行いました、沿道に詰めかけた町民から盛大な拍手を受けていました。



中学生職場体験

9月19、20日の2日間、中里消防署で中里中学校の生徒5名による職場体験が行われました。生徒達には今回の職場体験で得たことを活かし、これからの役立ててもらえたらと思います。



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が義務付けられています。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。



むし歯のない子の紹介

1歳6か月児健診にて
(9月13日実施)



ひなな 杉山陽虹ちゃん
(竹田)



ひかる 山川輝ちゃん
(豊島)



こう 鹿内考ちゃん
(深郷田下)



すいれん 成田翠恋ちゃん
(宮野沢)



こうめ 今小梅ちゃん
(五林)



ひろと 葛西弘登ちゃん
(上町)



おと 水上和都ちゃん
(派立)



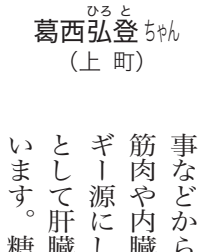
いくと 奈良郁飛ちゃん
(今泉下)



ゆな 北畠由菜ちゃん
(薄市下)



あおい 佐々木蒼ちゃん
(下高根)



ゆいと 小野結翔ちゃん
(下高根)



ももな 葛西桃菜ちゃん
(上町)

※今回の健診では、全てのお子さんにむし歯がありませんでした。

もっと糖尿病を知ろう!

11月12日(月)〜18日(日)は『全国糖尿病週間』です

糖尿病について、皆さんはどれくらいご存知ですか?糖尿病が疑われる人は、40代以上のおよそ3人に1人。国民病とも言われています。青森県では糖尿病による死亡率が高く、短命県返上^①のために大きな課題として、全県あげて糖尿病対策を行っているところです。

◆糖尿病ってどんな病気?

糖尿病は、からだの中でインスリンというホルモンが不足したり働きが弱まることで、血糖値が高くなる病気です。私達のからだは、膵臓で作られる「インスリン」の働きによって、食事などから得られたブドウ糖を筋肉や内臓に取り込んでエネルギー源にしたり、グリコーゲンとして肝臓に蓄えられたりしています。糖尿病になると、この



働きがうまくできなくなり、全身がエネルギー不足になったり、血糖をコントロールできない状態に陥り、血液中に糖があふれて高血糖の状態になります。

◆高血糖が続くとどうなる!?

高血糖の状態になっても、初期にはほとんど自覚症状がありません。そのため気づかないうちに症状が進行していることが多く、からだの異変に気付いた時には、既に深刻な状態にまで

進行していることが少なくありません。

◎糖尿病予防教室のお知らせ

糖尿病は血糖値をうまくコントロールすることで、重症化を予防することができます。そのためには、薬に加えて、食事や運動といった生活習慣を見直すことが将来を左右するカギとなります。「これなら私でもできる」ということから始め、続けていくことが大切です。

健康講座

『糖尿病悪化を防ぐ…血糖をコントロールするヒント』

講師：井沼洋クリニック 院長 井沼 洋先生

日時：11月14日(水)

午後2時〜3時30分

会場：役場 小会議室

＊栄養士による健康コラム＊

糖尿病予防のための1品を作ってみませんか。きのこは、超低エネルギーの代表食材。今が旬のきのこにワインの風味をきかせました。

材料(2人分)

- ・しめじ・舞茸…各60g
- ・エリンギ…30g
- ・小ネギ…10g
- ・バター…小さじ1.5
- ・塩…少々
- ・白ワイン…小さじ2
- ・にんにく(みじんぎり)…適量



作り方

- ①しめじ、舞茸は小房に分け、エリンギは3等分にして厚めの短冊切りにする。
- ②鍋にバター、にんにくを入れて熱し、香りが出たら①を加えて炒める。白ワイン、塩を振りしんなりしてきたら2〜3cmに切った小ネギを混ぜる。

まちのイベントカレンダー

11 月			12 月		
16	金		1	土	
17	土		2	日	
18	日	10:00~ ブックスタート対象者読み聞かせ (図書館)	3	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)
19	月	10:00~ 運動教室(中央公民館) 13:30~15:00 お口の健康講座(1回目) (すすくすく下前館和室)	4	火	
20	火		5	水	
21	水		6	木	12:15~ 1歳6か月児健診(中里保健センター)
22	木		7	金	
23	金		8	土	
24	土	14:30~ 図書館子ども教室(図書館)	9	日	
25	日		10	月	10:00~ 運動教室(中央公民館)
26	月	16:00~ 運動教室(中央公民館)	11	火	
27	火		12	水	10:00~ 小泊地区運動教室(小泊支所)
28	水	10:00~ 小泊地区運動教室(小泊支所)	13	木	
29	木	12:50~ 乳児健診 14:30~ ブックスタート対象者読み聞かせ (図書館)	14	金	
30	金		15	土	

柏崎 高橋 長田 太田 櫻庭 館山 成田 柳谷 小野 齋藤 藤本 江良 大島 加藤 谷川 新岡
 優子(若葉町) 光司(つがる市) 浩江(静岡県) 充(花丘町) 菜(弘前市) 敏也(新町2) 秀子(向町上) 仁(青森市) 江理佳(上高根) 豪(五所川原市) 真由美(下高根) 弘貴(つがる市) 咲(宮野沢) 登夢(宮野沢) 美紗(青森市) 聖隆(福浦)



結婚おめでとうになります

佐野 友翔(男・友紀) 向町下
 鈴木 朝陽(男・明利) 向町下
 柏崎ほのか(女・貴人) 下前浜



お誕生おめでとうになります

(9月届出分)

戸籍の窓口

磯野 太田 久保田 佐藤 荒関 長谷川 福嶋 鎌田 大川 山田 佐野 佐々木 加賀美 大石 大屋 秋元 米塚 松田 小野
 忠雄 美彌子 83(下前上) テル子 91(若葉町) 敏子 75(下前浜) 京子 83(小泊派立) 友芳 66(若葉町) 久美 69(八幡) フサエ 77(上高根) タミ 95(大沢内) 晃朗 66(向町下) キミエ 83(竹田) ヤシ 96(下高根) 菊史 62(今泉上) キサ 91(深郷田下) 正勝 66(薄市上) ツエ 82(薄市下) ヨッエ 93(若宮) みつよ 81(豊島) 松四郎 85(尾別)



お悔やみ申し上げます

人のうごき

9月末現在(前月比)

人口	11,195人(-23)
中里地区	8,200人/小泊地区2,992人
男	5,258人(-2)
女	5,937人(-21)
世帯数	5,124(-11)
出生	4 / 死亡 23
転入	16 / 転出 20