

♪ 月わが家のアイドル ♪



喜志町 高沼 旬ちゃん (9カ月)
 パパとママがずーっと
 守ってあげるからね♡



美山台 松本 大知ちゃん (2歳6カ月)
 芽依ちゃん (4カ月)
 いつも癒しをありがとう♡
 パパとママの元気の源です。



梅の里 小山 菜愛ちゃん (1歳3カ月)
 優しくてかわいい笑顔にみんなメロ
 メロです♡

みんなの広場

宛先

5 | 8 | 4 | - | 8 | 5 | 1 | 1 |

住所・氏名(ふりがな)・電話番号
 常盤町1番1号
 富田林市役所
 情報公開課広報係

わが家のアイドル (対象年齢は4歳未満、
 兄弟・姉妹と一緒に写っている写真でも可)
 は、写真の裏に、名前(ふりがな)と撮影時
 の年齢(月齢)を記入し、メッセージ(20字
 程度)を添えて、封書で左記の宛先まで応募
 してください。

なお、今応募された場合、掲載は約2カ月後になります。

100歳 おめでとうございます!



8月15日に100歳の誕生日を迎えられた丹川 チヨさんを訪問しました。皆さんからお祝いされ、とても喜んでおられました。

俳句

頂点 日原 輝子選
 今月の詠題「当季雑詠」

秀句
 虫干やいくとせ解かぬしつけ糸 宮町

土井 清子

へ選評V敗戦に依り、日本の風物ともいえる
 虫干しも今や知る人が少くなつた。俗に言う
 古季語へと変化してゆく。その事実を、しつけ
 糸に託し、いくとせとの表現。和服の文化の変
 遷をしつけ糸をもって詠みあげた秀抜な作品。

晩学の辞書を片手に梅雨籠り

今西 尚子

桜ん坊くるくるくると季を食べる 向陽台

橋本 璋子

空襲を拭えぬ花火知りつゝも 寿町

高橋 潔

点滴に命たくして喜寿を病む 藤沢台

安倍 葉子

帰り道遠し山路の姫女苑 不動ヶ丘町

松本 克江

目の端の造花の数や墓洗ふ 喜志町

菅原 秀計

裸子や何れが兄か弟か 山手町

選者 詠

※10月号は「川柳」を掲載します(なお、応募は8月31日で締め切りました)。

川柳・短歌・俳句は、それぞれ別の
 がきて応募してください(1人各5点
 まで)。市内在住の人で未発表のものに限
 ります。作品の漢字や氏名には必ずフリ
 ガナをつけてください。

11月号の「短歌」は9月30日(水)、12月
 号の「俳句」は10月31日(土)、28年1月号
 の「川柳(宿題「順」)は11月30日(月)まで
 に応募(いずれも必着)してください。
 宛先は上記をご覧ください。

あなたの暮らしに図書館を！

活用してみませんか？
図書館の便利なサービス

今回は乳幼児サービス「あかちゃんのおはなし会」と「あかちゃんのおはなし会」について紹介します。

●あかちゃんのおはなし会

金剛図書館で好評をいただいている「あかちゃんのおはなし会」が4月から中央図書館でも始まりました。

赤ちゃんと絵本の出会いや親子のコミュニケーションを深めてもらうことを目的とし、6カ月から1歳児未満の赤ちゃんと保護者を対象としたひよこ組と、1歳児と保護者を対象としたうさぎ組で、月齢に適した、わらべ歌や手遊び、絵本の読み聞かせを親子で一緒に楽しんでもらい、ゆったりとしたひとときを過ごしていただいています。

また、年に2回、保健師による子育てについてのお話も組み込んでいます。5月は、愛着形成についてなどのお話をしていただきました。次回は10月16日(金)にお話をさせていただく予定です。

詳しくは、4カ月児健診の

図書館ホームページ [http://www.city.tondabayashi.osaka.jp/public/section/library/]

ブックスタート時や図書館で配布している「あかちゃんのおはなし会カレンダー」をご覧ください。広い和室での、のんびりとした心地よい「あかちゃんのおはなし会」の時間をぜひ、お楽しみください。(26ページ参照)

●あかちゃんのおはなし会

図書館には、「あかちゃんのおはなし会」という赤ちゃんから楽しめる絵本を揃えた本棚があります。

「どういったものを読んであげたらいいのか分からない」などありましたら、こちらの本棚をご覧ください。親子でお気に入りを見つけてください。また、「あかちゃんのおはなし会」の上部には「子育て情報コーナー」の掲示板があり、園庭開放についてのお知らせなど子育てに関する情報を集めていますので、ご利用ください。

図書館は、毎日の赤ちゃんと時間が楽しくなるよう、お手伝いさせていただきます。皆さんのご来館を心よりお待ちしております。

中央図書館 ☎(25)4921
金剛図書館 ☎(28)1171



スームアップ！健康づくり

あなたとあなたの大切な人の未来を守る、年に一度の健康診断

年齢とともにおなかまわりが気になる…と感じることはありませんか。

近年、食事の欧米化による摂取カロリーの増加や生活が便利になったことに伴う運動不足が進み、これらを原因とする生活習慣病が深刻な社会問題となっています。

生活習慣病による合併症

生活習慣病はおなかに脂肪がたまる「内臓脂肪型肥満」が原因となることが分かってきました。内臓脂肪がたまると、脂肪細胞から糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病を引き起こす物質が多く分泌されます。その結果、動脈硬化が進行し、脳卒中や心疾患、糖尿病などの合併症の重症化につながります。

本市においても、死因の第2位は心疾患であり、特に女性の心疾患は、全国に比べ死亡率が高いという結果が出ています。さらに、これらの生活習慣病の多くは進行するまでほとんど自覚症状がないことが分かっており、早期に発見するためには、

年に一度、健康診断を受けて、自分の体をまず知ることが大切です。

健康寿命延伸のために

本市では、「健康とんだばやし21(第二次)及び食育推進計画」を策定し、「健康づくりのための8つの柱」を立て、その一つに「定期的に健康診断を受けること」を掲げています。

26年に実施した市民アンケートでは、40歳以上の市民で1年以内に健康診断を受けた人は、男性で68・4割、女性で60・6割という結果が出ており、約4割弱の人が健康診断を受けていない状況です。

毎年、健康診断の案内が届いても、「面倒くさい」「忙しい」「特に症状がないから大丈夫」などと思って受けずに放置していませんか。

自覚症状がない今こそ、ご自身と大切なご家族の未来のために年に一度の健康診断を受けましょう。

また、保健センターでは健康に関わるさまざまな教室やイベントを開催しています。健康月間に合わせ、9月25日(金)には、エコー・ロゼで「とんだばやし健康応援キャンペーン」を開催します。(10ページ参照) また、10月には高血圧をテーマにした健康教室を開催します(18ページ参照)ので、ぜひお越しください。健康づくり推進課 ☎(28)5520