

●◀ わが家のアイドル ▶●



高橋 杏葵ちゃん (2カ月)
生まれてきてくれてありがとう
♡



井上 陽愛ちゃん (8カ月)
ママとパパのところに来てく
れてありがとう♡



奥田 琴葉ちゃん (2歳5カ月)
翔貴ちゃん (3カ月)
きょうだい仲良く元気に育って
ね♡



谷口 旭ちゃん (5歳)
晴飛ちゃん (3歳)
陽ちゃん (10カ月)
元気いっぱい！なかよし三兄
弟です☆



みんなの広場



宛先

584-8511
住所・氏名ふりがな・電話番号
富田林市役所都市魅力課
常盤町1番1号

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、写真に、メッセージ (20字程度) を添え、住所、保護者と子どもの名前 (ふりがな)、撮影時の年齢 (月齢)、電話番号を

記入し、封書で上記の宛先まで応募してください。

また、市ウェブサイトからもご応募いただけます (右図から応募ページにアクセスできます)。

なお、今応募された場合、掲載は約4カ月後になります。



寿 100歳おめでとう ございます！



植山 金之助さん



川本 みつ子さん

俳句

杉 岩井 英雅選
今月の詠題「当季雑詠」

秀句

針供養月はなみだのかたちして

津々山台 芦澤 尚子

《選評》針供養は関西では十二月八日だが、関東では二月八日。この句の情景は冬季より春季がふさわしいだろう。「月はなみだのかたちして」という清新な感受に、季語「針供養」を据えた取り合わせの手法がいい。

菜種梅雨厨は母を恋ふところ

高辺台 下田 沙羅

梵鐘の龍の鳴きをり夏祓

津々山台 原田 民久

虹鱒やミラーボールの光ほど

甲田 奥宮 陽子

月明かり薄墨桜墨妙味

寺池台 渡邊 克己

初音きき吾もリハビリ励みおり

五軒家 水原 ミヤ子

湯気立ちて菜の花ずしの難仕度

高辺台 久保 正代

摘みゆきて初めに戻る茶摘唄

選者 詠

※7月号は「川柳」を掲載します (なお、応募は5月31日で締め切りました)。

川柳・短歌・俳句は、それぞれ別のはがきで応募してください (1人各5点まで)。市内在住の人で未発表のものに限り、作品の漢字や氏名には必ずフリガナをつけてください。
8月号の「短歌」は6月30日(金)、9月号の「俳句」は7月31日(月)、10月号の「川柳」(宿題「空」)は8月31日(木)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！

「第3次富田林市子ども読書活動推進計画」を策定

令和5年3月に、子どもの読書活動を推進する目的で、今後5年間の子ども読書活動の指針として新たに「第3次富田林市子ども読書活動推進計画」を策定しました。

子どもにとって読書活動は、言葉を学び、感性を磨き、表現力を高め、創造力を豊かにするものであり、人生をより深く生きる力を身に付けていく上で欠かすことのできないものです。

●本市の取り組み

子どもは、読書を通じて、読解力、想像力、思考力、表現力を養うとともに、知識を深め、多様な文化を理解することができるようになります。このような読書で培われる力を育むために、本市では子ども自身が読書の楽しさを知るきっかけを作り、読書の幅を広げ、読書体験を深める機会や、子どもたちの豊かな育ちの実現、公平かつ質の高い教育の提供を目的として、読書環境の充実の一層の推進を図っています。「富田林市総合

ビジョンおよび総合基本計画（平成29年度～平成38年度）では、「図書館サービスの充実」を掲げるとともに、「学校やボランティア団体等と連携しながら、子どもの読書習慣の定着を促進します」とし、「第2期富田林市教育大綱」では「市民の誰もが本に親しみ、読書を楽しみ、本を使って学ぶ喜びが体験できるよう、図書館を中心に関係機関と連携し読書環境の充実に努めます」と図書館事業の充実を掲げています。図書館においても、「第1次富田林市子ども読書活動推進計画」「第2次富田林市子ども読書活動推進計画」策定より今日に至るまで、読書環境の整備・充実に取り組んでおり、これらの計画に基づき関係部署、関係団体などが連携を図り、全ての子どもがあらゆる機会とあらゆる場所において自主的に読書活動を行うことができるよう、積極的に環境整備の推進を図ってきました。

今後も、「第3次富田林市子ども読書活動推進計画」を指針として、家庭・地域・学校などが連携し、子どもたちの生活や成長の過程において切れ目のないサポートを行い、今後5年間の子どもの読書活動を推進していきます。

中央図書館 ☎(25)4921
金剛図書館 ☎(28)1171

ズームアップ！ 健康づくり

6月は食育月間です 3食・楽しく・バランスよく

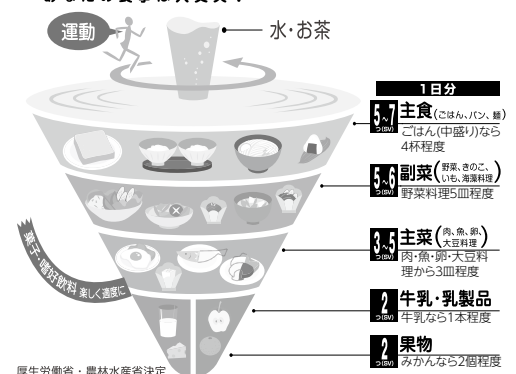
皆さんは何気なく毎日の食事時間を過ごしていませんか。「好きなものばかり食べる」「夜遅くに食事をする」「お酒を飲みすぎる」など食生活が乱れたり偏ったりしていませんか。

健康を維持し、疾病を予防するために、「3食・楽しく・バランスよく」食べることが大切です。基本の主食（ごはん・パン・麺類など）・副菜（野菜・キノコ・海藻など）・主菜（肉・魚・卵・大豆など）の3品をそろえると、バランスが良くなります。特定の食材だけではなく、さまざまな食材を組み合わせてみましょう。1日の食事の中でバランスがとれなくても2～3日の間で、バランスが良くなるように心掛けてみましょう。

右下図は「食事バランスガイド」です。1日に「何を」「どれだけ」食べたらいいのかという目安を料理で示しています。主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物の5つの料理グループに分かれていて、取りたい量

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？



のバランスをおもちゃの「コマ」に見立てて表しています。このコマは食べる量の目安を料理で表しているのが外食の多い人も参考にしてください。詳しくは厚生労働省ホームページからもご覧いただけます。

食育月間イベント

本市では、食育月間に合わせて、パネル展示や管理栄養士、保健師による健康相談などを次のとおり実施します。

この機会にあなたの食生活を見直してみませんか。

- ① 6月27日(火)、午前10時～午後3時 陽ジャンボスクエア富田林店1階・2階（若松町一丁目5の28）
- ※無料（当日、直接会場へ）
- 問保健センター ☎(28)5520