

公民館図書室だより

開室日…月曜日～土曜日 AM8:30～PM5:00
閉室日…日曜日、祝日、年末年始、特別整理期間

日高町中央公民館(☎63・3811)



新着図書のご案内

一般書

- 叛徒 (下村 敦史)
- 悪足掻きの跡始末 (佐藤 雅美)
- 絶唱 (湊 かなえ)
- 冷蔵庫を抱きしめて (荻原 浩)
- 透明カメレオン (道尾 秀介)
- ☆夢をまことに (山本 兼一)
- 図書館の魔女 鳥の伝言 (高田 大介)
- 暗闇・キッス・それだけで (森 博嗣)
- 桑港特急 (山本 一力)
- クックパッドのおいしい厳選 定番レシピ (クックパッド株式会社)

- 世界の雪景色 (海野 弘)
- 地図と写真から見える日本の街道歴史を巡る (街道めぐりの会)
- 島と人類 (足立 陽)
- みずうみのほうへ (上村 亮平)

児童書

- み～んなパンダ (石井 聖岳)
- ☆へいわってすてきだね (長谷川 義史)
- おばけのあんみつ (国松 エリカ)

など、全部で24冊!

※新着図書は、一人2冊までの貸出となります

新着図書のご紹介



《一般書》

☆夢をまことに (山本 兼一)

江戸時代後期、鉄炮鍛冶でありながら、飛行船や潜水艇までつくろうとした国友一貫斎。さまざまな役に立つ道具を発明・考案した男の「夢をまことに」するための奮闘記。

《児童書》

☆へいわってすてきだね(長谷川 義史)

みんなのころから、へいわがうまれるんだね。2013年6月23日、沖縄平和祈念公園での沖縄全戦没者追悼式で、小学校1年生の安里有生くんが朗読した詩と、長谷川義史の絵で送る、平和へのメッセージ。

おはなしの会
読み聞かせボランティア
募集中!!



中央公民館では、子供たちに本を読んでくれる方を募集しています。絵本や読み聞かせに興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

みなさんのお越しを
お待ちしております!!



年に1度は特定健診、 がん検診を受けましょう!

あなたの健康は家族の幸せ

生活習慣病を発見・予防するために特定健診を受けましょう

増え続ける生活習慣病の危険を高める、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の予防・改善に重点を置いた「特定健診」を今年も実施します。

生活習慣病は、自覚症状がないまま進行していきます。そのため、健診による健康管理は生活習慣病を発見する第1歩となります。健診結果で悪い部分があれば、食事、運動、禁煙等生活習慣を改善することで、生活習慣病の発症を防ぐことができます。そうすることで、健康に生活できる期間が延び、家族の医療費を節約できます。

その大切な健診ですが、受けていない方が多くいらっしゃいます。町国民健康保険加入者では、健診対象者1,569人の内7割1,056人の方が未受診となっています。(平成25年度法定報告値)

生活習慣病の発症や重症化を予防するため



には、年に1度は受診することが大切です。今年も下記の日程で集団健診を実施しますので、自分の健康状態をチェックしましょう。

※特定健診は、ご加入の医療保険者が40歳～75歳までの方を対象に実施します。医療保険証で加入している医療保険者を確認のうえ、医療保険者の指示に従って受診しましょう。

年に1度はがん検診を受けましょう

平成27年度 集団健診日程表 (特定健診・胃・大腸・胸部・乳房・前立腺検診)

| 月日 | 曜日 | 受付時間 | 健診場所 | 備考 |
|-------|----|-----------|---------------|------------|
| 6月24日 | 水 | 7:30~8:30 | 比井崎漁村センター | 田杭・産湯巡回 |
| 6月27日 | 土 | 7:30~9:30 | 比井小学校(体育館) | |
| 7月1日 | 水 | 7:30~8:30 | 小浦公民館 | |
| 7月7日 | 火 | 7:30~8:30 | 日高町文化会館 | 小池巡回 |
| 7月11日 | 土 | 7:30~9:30 | 志賀小学校(体育館) | 柏・久志・上志賀巡回 |
| 7月25日 | 土 | 7:30~9:30 | 日高町農村環境改善センター | 池田巡回 |
| 8月4日 | 火 | 7:30~8:30 | 萩原公民館 | |
| 8月9日 | 日 | 7:30~9:30 | 内原保育所 | |
| 8月21日 | 金 | 7:30~8:30 | 荊木公民館 | |
| 8月28日 | 金 | 7:30~8:30 | 日高町保健福祉総合センター | 下志賀巡回 |

我が国では、がんは死亡原因の第1位を占め、総死亡の約3割を占めています。

平成25年の日高町の死亡者数は85人。このうち、がんによる死亡は25人で、全体の3割を占め、死因の第1位となっています。

がんの発症には、喫煙、食事、運動などの生活習慣が大きく関わっており、生活習慣改善が発ガンリスクを低下させます。また、定期的ながん検診を受けることでがんを早期に発見し、治療することが可能になってきています。がんは、進行した段階で初めて症状が出る場合が多く、早期のがんでは、症状がでることがほとんどありません。早期発見・早期治療のために、年に1度のがん検診を受けましょう。

※職場健診などで、がん検診を受診する機会のない方は、町のがん検診を受診していただけます。

健診のお申込み・お問い合わせは、
健康推進課(☎63・3801)まで。