



図書館の仕事（活動）

～カウンターの裏側で その六～

図書館の活動にはボランティアの協力が大きな原動力になっています。内容は、おはなし会をはじめ子ども向けの英語教室、手芸教室、朗読会などさまざまです。

・ボランティアによる活動

毎月第4土曜日「おはなしの会ポケットのおはなし会」、毎週金曜日「岩田先生のえいごであそぼ!」、そのほか「おはなしたまてばこによる朗読会」「百合子先生の手芸教室」などを開催しています。皆さんもぜひご参加ください!



▲岩田先生のえいごであそぼ!の様子

この本！（本の紹介）

- ・少しだけ欠けた月 重松 清／文藝春秋
 - ・引退しない人生 曾野 綾子／海竜社
 - ・学校建築ルネサンス 上野 淳／鹿島出版社
 - ・ふしぎなもるもくん 斉藤 洋／偕成社
 - ・七草小屋の不思議な写真集 島村 木綿子／国土社
 - ・つちのなかのもぐらでんしゃ のぶみ／ひかりのくに
- *予約・リクエストは、カウンターかきらきら号で申し込んでください。

きらきら号がゆく⑥～読みたい本はありますか？～

きらきら号は約3000冊の本を載せて各地域を巡回しています。新刊や人気のある本はすぐに貸し出されてしまうので、読みたい本や探している本がないときには予約・リクエストしてください。



▲今福小学校巡回の様子



問合せ先 健康ほけん課

11月10日（月）～16日（日）は全国糖尿病週間です。

全国糖尿病週間とは、日ごろ忙しくて気に掛けずにいた糖尿病のことも調べてみようという日です。

日本全国に740万人、予備群を含めると1,620万人ともいわれている糖尿病。しかし、そのうちの半数近くが検査を受けておらず、自覚症状も少ないため放置している状態だといわれています。

私たちの体は、たくさんのホルモンを分泌していますが、ほとんどのホルモンは血糖値を上げる作用を持っています。体の中で唯一血糖値を下げる作用を持っているのが、膵臓から出るインスリンというホルモンです。糖尿病とは、この「インスリン」を体内で作れなくなったり、体内で作られたインスリンをうまく使えなかったりすることで、血糖値が高い状態が続いていることをいいます。

特に、内臓脂肪が多いと、血糖値を正常に保とうと

する肝臓や筋肉が正常に働かなくなり、インスリンは出ているのに、効きが悪くなります。脂肪細胞が大きくなればなるほどインスリンを効きにくくする物質の分泌量は多くなり、逆にインスリンの効きをよくする物質は減ってしまうのです。

自覚症状としては、「のどが渇く・尿量が多い・体重が減ってきた・だるい」などといったものが多く、突然体に異常を感じるものではありません。そのため、体に自覚症状が出てくるころには、糖尿病がかなり進行している場合やある日突然心筋梗塞や脳梗塞で倒れるということもあるのです。

今年から内臓脂肪型肥満に着目している特定健診も始まっています。まず自分の健康状態を知ることが第一ですので、自覚症状がないうちから健診を受けましょう。

11月11日は「介護の日」

介護従事者、介護サービス利用者、介護家族を支援し、介護についての理解と認識を深める日です。

消防だより

松浦地区消防本部
☎ 0956-72-1211



石油ストーブなどの安全な取り扱い

■使用にあたっての注意事項

- ・ストーブの近くに紙や衣類などの燃えやすい物を置かない。
- ・ストーブの近くでヘアスプレーなどの引火の危険性があるものを使用しない。
- ・カーテンなどがストーブに接触しないように離して置く。
- ・ストーブの上に洗濯物を干さない。
- ・不完全燃焼による一酸化炭素中毒を防ぐため、定期的に換気を行う。

■使用方法

- ・石油ストーブに給油する場合は、火を消してから行う。
- ・カートリッジタンク式の場合は、給油後、ふたを確実に締める。

■点火および消火の確認

- ・点火後は、炎の調整を行い、正常に燃焼していることを確認する。
- ・就寝時または外出時には、必ず完全に消火していることを確認する。

温かい心ありがとうございます

香典返し・忌明け・寄付

●松浦市社会福祉協議会へ金一封

〔本所〕

- 西崎 誠様 (今福・北東1)
- 亡母 ヤイ子様
- 畑中 勝朗様 (星鹿・北久保)
- 亡母 ジュン様
- 村田 福男様 (調川・松山田)
- 亡母 菊枝様
- 熊本 澄江様 (調川・松山田)
- 亡夫 森作様
- 橋本 忠市様 (御厨・郭公尾)
- 亡父 一彦様
- 須藤美智子様 (志佐・西山)
- 亡夫 邦夫様
- 天神林誠一様 (志佐・蛭子崎東)
- 亡長女 真弓様
- 岡部 耕大様 (神奈川県川崎市)
- 亡母 悦子様

〔福島支所〕

- 綿屋 榮子様 (福島・鍋串)
- 亡父 牧太郎様
- 坂井 秀敏様 (福島・鍋串)
- 亡妻 美津子様

〔鷹島支所〕

●御厨・星鹿地区社会福祉協議会へ金一封

- 庵原 ミノブ様 (鷹島・阿翁浦)
- 亡夫 磯一様
- 畑中 勝朗様 (星鹿・北久保)
- 亡母 ジュン様
- 谷山 政雄様 (御厨・寺ノ尾下)
- 亡妻 キミ子様
- 飯野 隆様 (御厨・大崎上)
- 亡母 シズエ様
- 松坂 泰年様 (星鹿・川原辺田)
- 亡父 幸一様
- 岡部 耕大様 (神奈川県川崎市)
- 亡母 悦子様

●調川地区社会福祉協議会へ金一封

- 村田 福男様 (調川・松山田)
- 亡母 菊枝様
- 熊本 澄江様 (調川・松山田)
- 亡夫 森作様

●今福地区社会福祉協議会へ金一封

- 末永 登志男様 (今福・北東1)
- 亡妻 豊子様
- 志佐地区社会福祉協議会へ金一封
- 岡部 耕大様 (神奈川県川崎市)
- 亡母 悦子様

戸籍だより

9月16日～10月15日届出 (敬称略) ※希望者のみ掲載

♡結婚♡ おめでとう

- 〔追田 貴洋 志佐・田原〕
- 〔平野 聖子 志佐・住吉通〕
- 〔浦田 均 志佐・西山〕
- 〔柴田 享子 平戸市〕
- 〔村田 一樹 調川・江口2〕
- 〔近藤 友美 志佐・上高野〕
- 〔高石 浩 志佐・大浜東〕
- 〔内野 美由紀 志佐・大浜東〕
- 〔福野 雄介 志佐・里2〕
- 〔赤木 有希 佐々町〕
- 〔神田 淳二 志佐・不老山〕
- 〔馬場 未央子 志佐・不老山〕
- 〔柿原 清次 調川・七区ノ二〕
- 〔吉村 由希美 熊本県植木町〕
- 〔丸形 直史 志佐・上高野〕
- 〔山下 元子 江迎町〕
- 〔廣澤 俊幸 長崎市東古川町〕
- 〔清水 宏美 今福・栄町〕
- 〔吉村 武智 調川・江口3〕
- 〔嶋崎 由美子 調川・江口3〕

お誕生 おめでとう

- 〔坂本 礼和 (進也) 鷹島・殿ノ浦〕
- 〔若松 桜彩 (広隆) 志佐・中町〕
- 〔山本 美南 (裕一朗) 志佐・下高野〕
- 〔山田 美月 (茂) 星鹿・星鹿〕
- 〔吉田 早希 (聖年) 福島・伊万里釜〕
- 〔香川 弘樹 (政信) 福島・日の浦〕

ごめい福を お祈りいたします

- 前田 泰樹 (真) 志佐・向町上
- 中山 聖斗 (隆浩) 星鹿・下田
- 久枝 由季 (啓介) 志佐・里1
- 西 愛華 (将樹) 志佐・田原
- 福田 瑛大 (好晃) 今福・滑栄
- 川下 和楓 (和久) 星鹿・青島
- 大川内和也 (和幸) 福島・土谷
- 坂本 智紀 (昌巳) 今福・仏坂
- 安永 七重 (85歳) 星鹿・下田
- 庵原 磯一 (84歳) 鷹島・阿翁浦
- 松本 セイ (86歳) 御厨・西木場
- 村田 勝重 (87歳) 御厨・西木場
- 坂井美津子 (68歳) 福島・鍋串
- 吉田 リエ (92歳) 福島・鍋串
- 山本 フミ (95歳) 志佐・愛光園
- 川村 謙二 (79歳) 御厨・中野
- 丸田 義春 (57歳) 志佐・蛭子崎東
- 濱道 末喜 (82歳) 御厨・西木場
- 津田 喜康 (82歳) 今福・滑栄
- 山口ユクエ (91歳) 御厨・板橋
- 吉本 安雄 (81歳) 志佐・横町
- 平田 秋雄 (83歳) 御厨・小船
- 山下 ヨシ (77歳) 星鹿・川原辺田
- 永田サエ子 (88歳) 福島・土谷
- 大里 茂 (77歳) 志佐・岸浜
- 山口ヨシエ (89歳) 御厨・木場
- 岩本 ツギ (88歳) 志佐・愛光園
- 山口 テル (91歳) 御厨・西木場
- 渡口 米子 (72歳) 今福・木場