



図書館の仕事（活動）

～カウンターの裏側で その三～

図書館は、さまざまな資料や情報を求める利用者に対し、それが得られるよう所蔵資料やその他図書館のあらゆる機能を使って援助する「レファレンスサービス」を行っています。内容は、暮らしに密着したことから専門的なことまで、実にさまざまです。利用者に満足してもらえる情報の提供ができるよう日々奮闘しています。これからの時期多くなるのが、夏休みの自由研究に関する問い合わせです。同じテーマの資料へ予約が集中したり、他の図書館から資料を借り受けることも多いので、時間に余裕をもってお問い合わせください。

この本！（本の紹介）

- ・本格ミステリ 08 2008 年本格短編ベスト・セレクション
本格ミステリ作家クラブ／講談社
- ・明日もまた生きていこう―十八歳でがん宣告を受けた私―
横山友美佳／マガジンハウス

・荒野 桜庭一樹／文藝春秋

・ラクチン！食費節約のキホン 目指せ！1ヶ月で食費1～2万円
／主婦の友社

・安くて良い宿公共の宿 09 九州 ／昭文社

* 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③

～雨の日の巡回～

「利用者や本が濡れては大変」と雨よけのテントを出し、ビニールカバーを張って、タオル片手に雨と闘います！そんな悪天候でも巡回をお知らせする「きらきら星♪」のメロディーを聞いて駆け付けてくれた女の子。利用者の皆さんの笑顔があるかぎり、いつまでも走り続けたいと思うきらきら号でした。



▲星鹿港広場での様子



問合せ先 健康ほけん課

うつ病の危険信号

ストレスの多い今日、社会の価値観の多様化や環境の変化などが引き金となり、心の病を発症する人が多くなっています。職場や家庭などいろいろなストレスと共存している私たちにとって心の病はとても身近な病気です。誰でも嫌なことがあったりストレスがたまれば、気分が沈みがちになりますが、それは一時的なもので気分転換などにより解決できることもあります。しかし、「うつ状態」になると、精神安定の作用を持つ脳内物質セロトニン・ノルアドレナリンがうまく働かず、日ごろ楽しめていたことですら興味がなくなり、落ち込みの激しい状態が2週間以上続きます。その結果、食欲もなくなり、眠れず、頭痛や肩こりなどのさまざまな症状が出てくるのです。

うつ症状の前ぶれをいくつかご紹介します。心当たりはありませんか？

サザエさん症候群

日曜午後6時半から放送されている「サザエさん」。サザエさんを見終わることは休日が終わることを意味し、明日の学校や仕事のことを考えると気分が沈んで、体調不良や頭痛などを訴えたりします。

空の巣症候群

特に中高年に見られる症状で、子どもが結婚や独立で家を出て行った後に、空になった家に一人おいてけぼりをくったような寂しさや孤独を感じたり、不安に襲われたり、食欲不振・不眠など身体症状も出てくることをいいます。

燃え尽き症候群（バーンアウト）

やりがいのある仕事に熱中してきた人が、知らないうちに心理的プレッシャーを受けて心身ともに疲労し、憂鬱、イライラなどの精神症状とともに強い無力感にかられます。

うつ病は一生のうち10人に1人がかかる病気と言われています。一人で抱え込まず、仕事仲間や家族などに相談しましょう。「気分の落ち込み」やそれによる不調が2週間以上続くようなら、専門の医療機関（精神科）を受診しましょう。

温かい心ありがとうございます

一般寄付

【鷹島支所】

○熊本 清視様 (鷹島・中通)

亡父 儀助様

○下久保 満秋様 (鷹島・神崎)

亡次男 守行様

○丸山 敏朗様 (鷹島・三里)

亡母 キヌ様

○山本 友信様 (鷹島・阿翁浦)

亡父 達雄様

○大石 満弘様 (鷹島・阿翁)

亡母 知枝野様

●御厨・星鹿地区社会福祉協議会へ金一封

○西田 金藏様 (御厨・小船)

亡母 喜代子様

○浦田 博隆様 (御厨・川内)

亡母 サツ様

○松本 輔久様 (御厨・郭公尾)

亡母 トメ子様

○辻竹 信一様 (御厨・西木場)

亡父 役二郎様

○中川 康治様 (御厨・池田上)

亡母 カネ子様

●調川地区社会福祉協議会へ金一封

○佐々木 英子様 (調川・江口1)

亡夫 敏彦様

●今福地区社会福祉協議会へ金一封

○村田 主様 (今福・本町)

亡妻 道子様

●志佐地区社会福祉協議会へ金一封

○金子有希子様 (志佐・長野)

亡夫 純一様

○大石 裕様 (志佐・里1)

亡母 トシ子様

○池水 ケイ子様 (志佐・立町)

亡夫 明様

○中村 和貴様 (志佐・池成)

○平松 一雄様 (福島・鍋串)

亡妻 チツエ様

○川浪 良子様 (福島・伊万里釜)

亡夫 龍巳様

○木寺 村子様 (福島・伊万里釜)

亡長男 紘一様

○川上 千之様 (福島・喜内瀬)

亡妻 妙子様

○森山 みどり様 (兵庫 県尼崎市)

亡母 高見和代様

○山村 匠様 (星鹿・北久保)

亡父 順二様

○佐々木 英子様 (調川・江口1)

亡夫 敏彦様

○金子有希子様 (志佐・長野)

亡夫 純一様

香典返し・忌明・寄付

●松浦市社会福祉協議会へ金一封

○金子有希子様 (志佐・長野)

亡夫 純一様

○森山 みどり様 (兵庫 県尼崎市)

亡母 高見和代様

○山村 匠様 (星鹿・北久保)

亡父 順二様

○佐々木 英子様 (調川・江口1)

亡夫 敏彦様

○金子有希子様 (志佐・長野)

亡夫 純一様

○大石 裕様 (志佐・里1)

亡母 トシ子様

○池水 ケイ子様 (志佐・立町)

亡夫 明様

○中村 和貴様 (志佐・池成)

亡父 幸重様

戸籍だより

6月16日～7月15日届出 (敬称略) ※希望者のみ掲載

結婚

おめでとう

坂本 祐輝 星鹿・川原辺田

(白石) 香代子 星鹿・牟田

渡邊 建美 鷹島・阿翁浦

(末吉) 裕子 江迎町

横山 祐樹 福島・播磨釜

(畠) 真奈美 唐津市

坂本 淳吾 鷹島・殿ノ浦

(西川) 千尋 岐阜県

高尾 敦史 星鹿・星鹿

(志水) 礼 御厨・中野

田中 満 福島・端

(諸富) 愛幸 福島・端

お誕生

おめでとう

坂本 聖名 (周史) 御厨・小船

中村 優太 (智也) 志佐・大浜西

梶原 愛瑠 (孝充) 調川・白井

田中 大海 (大平) 調川・七区ノ二

藤崎 大志 (猛) 今福・北東3

大串 愛純 (中郎) 福島・福崎

田中 和志 (慎也) 志佐・里2

志水 悠汰 (鉄也) 福島・播磨釜

三股 静奈 (祐樹) 志佐・蛭子崎西

田端 友夢 (順一) 御厨・寺ノ尾中

古川 裕成 (宗一郎) 福島・福崎

久保川 仁 (司) 調川・江口1

北川 滯 (公貴) 御厨・池田上

武本 鳳希 (祐輔) 調川・江口1

前田 健晴 (英次) 御厨・御厨団地
前田 麗蘭 (真信) 志佐・下高野
吉富雄太郎 (和人) 志佐・里1

ごめい福を

お祈りいたします

黒河 芳和 (61歳) 志佐・里田原1

荒牧とみ子 (54歳) 御厨・板橋

平松チツエ (87歳) 福島・鍋串

中島 義光 (78歳) 志佐・元町

山口リエ子 (86歳) 志佐・栢ノ木

山本 達雄 (86歳) 鷹島・阿翁浦

陣内 年秋 (67歳) 福島・伊万里釜

木寺 紘一 (66歳) 福島・伊万里釜

平原 一彌 (86歳) 調川・中興

桐木 将興 (28歳) 鷹島・中通

今村シヅコ (96歳) 調川・七区ノ一

尾崎 祐弘 (55歳) 志佐・不老山

渡邊 博 (79歳) 鷹島・阿翁浦

西田 勝 (81歳) 御厨・小船

西浦 セキ (82歳) 御厨・札場

熊野 泰人 (82歳) 志佐・元町

田中つや子 (97歳) 今福・滑栄

松坂 ナヲ (102歳) 鷹島・里

荒牧 町子 (66歳) 御厨・板橋

福地千代子 (99歳) 志佐・大浜東

濱崎 ヌイ (91歳) 志佐・元町

鶴 亨 (85歳) 志佐・大浜西

山本ハル子 (82歳) 御厨・郭公尾

井筒 トク (92歳) 鷹島・阿翁浦

松瀬 助吉 (84歳) 志佐・長野

辻 スイ (83歳) 星鹿・北久保