



東公民館には、本に親しみ、知識の向上に役立ててもらうために図書室があります。しかし、地域の皆さんには、あまり知られていないのが現状です。
 図書室の本は古いものもありますが、館内図書を充実させるために、毎年図書を購入しています。
 本年度も童話やマンガ、小説、推理小説など、100冊を超える図書を新刊コーナーに取り取りました。幼児から高齢者まで親しんでもらえるようになっていきますので、どんどん利用してください。
 北伊予校区の皆さん、ぜひ一度図書室をのぞいてみませんか。

東公民館	
神崎210	電話 984-11159
東公民館図書室	

おはなしかい

日時 1月25日(土) 11時
 場所 文化センター2階
 小さなお子さんから大人まで楽しめるおはなしかいです。皆さんぜひ来てみてください。

1月のふるさとライブラリー

○開館時間 9時30分～19時
 ○休館日 1月1日(水)～4日(土)、31日(金)

休館のお知らせ

蔵書点検のため、下記の期間は休館します。
 2月17日(月)～28日(金)

1月の新刊

- ◆黒書院の六兵衛 上・下/浅田 次郎
- ◆探偵部への挑戦状/東川 篤哉
- ◆日本プロ野球 追憶の「球団史」 1936～2004
- ◆簡単!おいしい!サバ缶レシピ/ナガタ ユイ
- ◆生きもの鳴き声 ひみつずかん(CD付き)
- ◆おかあさんの顔/ロディ・ドイル
- ◆「ニヤオ」とウシがなきました/エマ・ドッド
- ◆おひさま、あけましておめでどう! (年少向け行事紙芝居)

※この他にもたくさんのお本が入っています。

図書館
筒井633 電話 985-4140
松前町ふるさとライブラリー



11月9日、松前公園体育館で遊びゲーム松前っ子(ゲーム大会)を実施しました。今年も、愛護部の皆さんによる趣向を凝らした新ゲームがたくさん登場。最初に全員でフラフープ回しをしました。初めての試みでしたが2分を経過しても平気で回し続けている子の多さに驚きました。(賞品が足りない!)

そのほかに、眼鏡を工夫して作った独眼流政宗の輪投げ、家族全員でコーヒーを飲んで70個の空き缶を用意した空き缶積み、カラフルな自作の点数表を使つてのキャップとばしにカラーボーリングなど、「変わったゲームがあつて楽しかった」という子どもたちの声に、役員の人たちの準備の苦労も報われた1日でした。

西公民館	
遊びゲーム松前っ子	北黒田966-2 電話 984-5313

はなとゆめ
 沖方 丁著/KADOKAWA

28歳にして、帝の妃である中宮定子に仕えることになった清少納言。内裏の雰囲気馴染めずいたが、定子に才能を認められていく。やがて藤原道長と、定子一族との政争に巻き込まれ…。

自分をまもる本
 ローズマリー・ストーンズ 著/晶文社

だれにも相談できず1人でいじめに悩んでいる人に贈る本。同じ体験をした人たちの実例をもとに、ゆっくりと心を癒す方法、かしく自分を守る方法をいっしょに考えてゆく。

まほろ駅前狂騒曲
 三浦 しをん 著/文藝春秋

まほろ市で便利屋稼業を営む多田と行天。ある日、多田は行天の元妻から子どもを無理やり預けられて困惑する。その後なんとバスジャック(?)に巻き込まれてしまい…。

おもちのきもち
 かがい ひろし 作/講談社

おもちだって、いろいろな喜びがあるんです。きょうだいは、にんげんにたべられてしまうし…。そこでわたくし「かがみもち」は、お正月、とある決心をしました!



今年はい県内編ということで、しまなみ海道方面でした。では、皆さんの感想をお楽しみください。
 「村上水軍って伯方・大島大橋手前の小さな能島に城を築いて治めていたとは目の付けどころが違ふよな。展望台から見るとその拠点場所の良さがよく分かるから、すごい一言に尽きる」
 「塩田の重労働はよく聞かされた話。昔の天日干しが伯方工場では完全に機械化されていたね」
 「出雲大社と伊勢神宮がそろって遷宮を迎えた年に大山祇神社を参拝し御神木前で記念写真とは、縁起の重なる記念の年になったもんじゃ」
 「ビール原料のホップの香り、炒った麦芽の味を見ましたからこの生ビールの味は格別だな」
 「おまけコースの吉海パラ園。満開で気分最高」

北公民館	
昌農内456-1	電話 984-7529
寿大学 館外研修	

包括支援

筒井710-1
電話 985-4205

松前町地域包括支援センター

高齢者の肺炎に注意

肺炎は、細菌やウイルスが身体に入り込んで起る肺の炎症です。肺炎の年齢別死亡率によると、65歳以上の高齢者が90%以上を占め、肺炎による死亡率は年齢とともに高くなっています。高齢者は体力や免疫の働きが低下しているため、肺炎に感染しやすく、典型的な症状が出にくいです。発見が遅れて重症化しないよう、おかしいと思ったら、かかりつけ医に受診しましょう。

【典型的な肺炎の症状】

次の症状が1週間以上続いたら、肺炎の疑い
 ・38度以上の高熱 ・激しい咳や痰 ・胸痛
 ・食欲不振、倦怠感、悪寒、筋肉痛、関節痛や頭痛

【高齢者肺炎の特徴】

①生理機能の低下から発熱、咳や痰などの症状が出にくい
 ②持病から肺炎が重症化しやすい
 ③薬物代謝や排泄機能の低下から、治療薬の副作用が生じやすい
 ④肺炎が再発しやすい

【肺炎の予防】

①毎日の感染予防：うがい、手洗いやマスクの着用
 ②身体の免疫力を高める：禁煙、規則正しい生活や持病の治療
 ③予防接種を受ける：肺炎球菌ワクチンやインフルエンザワクチンを接種