

9月の新刊

図書館

筒井633
☎98514140

松前町ふるさと
ライブラリー

◆謀る理兵衛／松本 薫
◆三姉妹、舞踏会への招待／赤川 次郎
◆悲惨伝／西尾 維新
◆高校入試／湊 かなえ
◆おどろきのスズメバチ／井上 ひさし
◆少年口伝隊一九四五／奥田 英朗
◆ぼくはここに／ピーター・レイノルズ
◆ギモンかいけつ！天達さんのお天気教室／天達 武史
※この他にもたくさんの本が入っています。

おはなしかい

日時 9月28日(土) 11時
場所 文化センター2階

絵本や紙しばい、パネルシアターなどを使って毎回楽しいおはなしをします。皆さん、ぜひ来てみてください。

9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 9月30日(日)

東公民館

神崎210
☎98411159

北小放課後
子ども教室

6月28日、放課後子ども教室の開講式を行いました。この教室は、地域の人の支援を得ながら、さまざまな体験活動を行い、子どもの安全な居場所づくりを進めて行くことを目的としています。

7月5日の学習「夏の生き物の観察」では、31人の子どもたちが参加し、学習アドバイザーが田んぼ、池などから採ってきたカブトエビやドンコ、こうもりなどの生き物に、直接触れて大騒ぎしながら、観察をしました。

来年3月まで、全27回の学習を予定しています。内容は、たこ作り、おむすびやおやつ作り、伊予万歳を踊ろうなどバラエティに富んでおり、子どもたちの笑顔が目に見えてくるようです。



泣き童子

宮部みゆき 著 / 文藝春秋

江戸神田にある叔父の三島屋へ行儀見習いとして身を寄せるおぢかは、叔父の提案で百物語を聞き集める。



僕のつった怪物

乙一 著 / 集英社

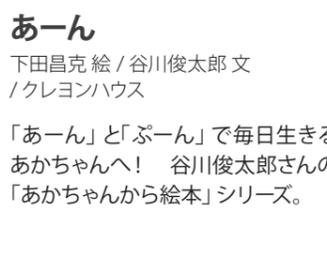
父親を亡くした兄弟・アールとグレイは、不思議な世界『アークノア』に迷いこんだ。そして2人は世界を破壊するべく現れた、恐ろしい怪物と出会う。



あーん

下田昌克 絵 / 谷川俊太郎 文 / クレヨンハウス

「あーん」と「ぶーん」で毎日生きるあかちゃんへ！ 谷川俊太郎さんの「あかちゃんから絵本」シリーズ。



らくごで笑学校

斉藤洋 作 / 陣崎草子 絵 / 偕成社

「らくご」といえば、これはもう、おもしろくて、おちのある話のこと。おかしな笑学校のお話。



西公民館

北黒田966-2
☎98415313

愛護部キャンパス
石鍾ふれあいの里

7月20・21の両日、石鍾山の麓、旧高峰小学校跡の「石鍾ふれあいの里」で愛護部主催の恒例のキャンパスを実施しました。小・中学生、保護者、役員合わせて総勢78名の参加です。

全体を10班に分け、中学生の班長を中心に清流のせせらぎでの川遊び、カレー・焼きそば作り、肝試しなどさまざまな体験をしました。

帰る途中、西条の「鉄道歴史パーク」へ寄りました。本物の0系新幹線やディーゼル機関車に、多くの子どもたちが目を輝かせていました。「また来年も絶対参加します」と力強く言っていました。また中学生の姿が印象的でした。

愛護部役員、保護者をはじめお世話いただいた皆さん、本当にありがとうございました。



包括支援

筒井710-1
☎98514205

松前町地域包括
支援センター

笑いの効果と長寿

「笑う門には福来たる」といいますが、笑いは「健康・長寿の特効薬」として医学界でもその健康効果が注目されています。皆さんも笑いを生活に取り入れてみませんか？

- 【笑いの効果】
- ①脳の働きが活性化：記憶力が向上するなど、脳の働きが活発になる。
 - ②血行促進：血のめぐりがよくなり免疫機能を高める。
 - ③自律神経のバランスが整う：副交感神経が優位になり、緊張がとれてリラックスできる。
 - ④筋力向上：腹筋・横隔膜などの筋力が使われ、新陳代謝が活発になる。
 - ⑤幸福感と鎮痛作用：幸福感をもたらすホルモンが分泌される。また鎮痛作用で痛みが軽減する。
- 【笑いのレッスン】
- ▼朝起きて顔を洗ったら、鏡の前で笑ってみましょう：鏡の前で口角をあげてニコッと笑いかけてみる。
 - ▼顔の筋肉を鍛えましょう：口や目を大きく開いたり、ゆがめてみたり、発声練習をして表情筋を動かしましょう。
 - ▼目で笑いましょう：うれしい時は目で笑います。頬の筋肉を使って笑うのがポイント。

北公民館

昌農内456-1
☎98417529

笑顔・咲顔いっぱい
の北公民館

今までロビーに置いてあったベンチ（地域の方からの寄贈）を玄関に出しました。それからと言うもの、皆さんちょっと座つての休憩に、またサークルの語らいにと自由に利用してもらっています。そのロケーションに彩りを添えているのが松前町配布のひまわり、民生委員からのお花（ふれあいサービス事業で75歳以上の独居老人に配布）、前管理人さんが丹精込めて育てた花の数々。

折しも、軒先ではツバメが残した空の巣にスズメがせっせと巣作りを頑張っていました。「地域のお茶の間づくり」は玄関先からのスタートです。皆さんの関わりから生まれる笑顔と咲顔いっぱいの北公民館にと願っています。

