



筒井633  
☎98514140

松前町ふるさと  
ライブラリー

2月の新刊

- ◆ことり／小川 洋子
  - ◆ジグβは神ですか／森 博嗣
  - ◆旅猫リポート／有川 浩
  - ◆辛坊訓／辛坊 治郎
  - ◆歓喜の仔 上・下／天童 荒太
  - ◆けさくしや／畠中 恵
  - ◆ブルーマダー／菅田 哲也
  - ◆僕の死に方／金子 哲雄
- ※この他にもたくさんのお本が入っています。

おはなしかい

日時 2月23日(土) 11時  
場所 文化センター2階  
第2研修室

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。

2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 2月28日(月)

東  
公民館

神崎210  
☎98411159

オカリナ教室



自然の優しさを感じさせる素朴で懐かしい音色。若かったあの頃に戻ってみませんか？と  
言う目的で、公民館事業として企画した「オカリナ教室」。当初、15人の定員に24人も応募があり、嬉しい悲鳴！厳正に抽選を行い、7  
月から2回の割合でスタートして、12月20日  
に終了しました。  
経験者も少しいましたが、ほとんどが初めて  
の人ばかり。オカリナを持ち方も分からないと  
ころからスタートしましたが、回を重ねるごと  
にみるみる上達し、講座が終わるころには、素  
朴で、懐かしい音色を出していました。  
来年度は、「経験者コース」に全員、チャレ  
ンジです。

スタンフォードの自分を  
変える教室

ケリー・マクゴニガル 著 / 大和書房

心理学、神経科学、医学の各分野から  
自己コントロールに関する最新の見解と、  
意志力を強化するためのさまざまな戦  
略を紹介。スタンフォード大学で「人生を  
変える」と評価された授業を書籍化。



凸凹サバンナ

玖村 まゆみ 著 / 講談社

法律事務所を開業したばかりの田中  
貞夫。だが集まってくる依頼は、ど  
れも一筋縄ではいかないものばかり。  
そして、実は田中にも…。掟破り  
のリーガル・ミステリー。



児童書

おしろのいちねん

インクリンク 絵 / オリビア・ブルックス  
文 / 学研教育出版

新しいお城が建った。領主や家来が  
引っ越してきて、バザーをしたり、競  
技会をしたり楽しく暮らしていた。と  
ころが、敵が攻めてきて…。お城での  
1年を追う探し絵本。



絵本



インヘリタンス 上・下

クリストファー・パオリニ 著 / 静山社

エラゴンたちは、「死の槍」を手に入れた  
が、敵の本拠地にたぐり寄せられていく。  
そして、新しい命をみごもったカトリーナ  
と戦士ローランたちに最大の危機が…。  
「ドラゴンライダー」第4巻(完結編)

西  
公民館

北黒田966-2  
☎98415313

3世代交流餅つき大会



12月8日、前日の好天が恨めしくなるような  
寒風の中「3世代交流餅つき大会」を行いました。  
前もって、婦人会の皆さんがもち米とあん  
こを準備してくださいました。キャンプ、遊び  
ゲームに参加した子どもたちと保護者、老  
人会、婦人会、有志の皆さん、先生方が協力し  
ての餅つきの始まりです。  
最初は寒さのあまり室内で餅を丸めていた子  
どもたち。しかし、大人が威勢のいい掛け声  
をかけながら楽しそうにしているのを見て、知  
らぬ間に2つの白の周りには子どもたちの輪  
が。笑顔と歓声に包まれて、瞬間に30キロの  
餅をつき終えました。3世代の心が通い合った  
1日となりました。

包  
括支援

筒井710-1  
☎98514205

松前町地域包括  
支援センター

高齢者の飲酒

高齢者のアルコール依存症は、高齢化社会に  
伴って増加しています。  
アルコール依存症とは、「家庭や仕事、自分の  
健康などよりも、飲酒することをはるかに優先  
させる状態」のことです。壮年男性で、1日の  
平均飲酒量がビール1500ml以上、日本酒3  
合弱以上が、アルコール依存症を起こす危険性  
が高いと言われています。高齢者や女性は、こ  
れより少ない量でも危険性が高くなります。  
◆高齢者の飲酒へのアドバイス  
① 飲酒量を減らす：高齢者は、アルコールの代  
謝能力が低下しています。  
② 昼間から飲まない：「することがない」とが  
める人がいない」といって飲まない。  
③ 一人で飲むお酒は控えめに：一人酒は飲みす  
ぎてしまいます。  
④ 家族のアドバイスに耳を傾ける：飲みすぎは  
身近な人の言葉が素直に聞けなくなり  
⑤ 薬とは一緒に飲まない：アルコールと相互作  
用をもつものがあります。  
⑥ 肝臓などの検査を定期的に行う：退職後は  
定期健診の機会が減ります。進んで検査を受  
けましょう。  
高齢者の過度の飲酒は健康寿命にかかわりま  
す。「節度のある飲酒」を心掛けましょう。

北  
公民館

昌農内456-1  
☎98417529

感謝の日々



北公民館の玄関を入るとまず目に飛び込んで  
くる生け花。これは、10年以上にわたって自宅  
の花などをボランティアで生けてくださって  
いるものです。また、その近くには今年の干支の  
巳を折り紙にした作品が届けられました。  
12月には、新しい車椅子が寄贈されました。  
これで、1階は自由に、2階にはスロープを通  
って館内利用ができます。  
2階の図書室には、ふるさと納税を活用し、  
新刊図書を購入しました。話題作品はもろろん  
のこと、図鑑や絵本、アートの本まで多彩に取  
り揃えることができ、利用者も大喜びです。  
こうして有形・無形のかかわりに支えられて、  
本館が成り立っていることに感謝の日々です。