

図書館情報

Library information

- ◆**催し物情報**
●**連携展示「みんなで知ろう認知症展」**
▼期間：9月2日(水)～30日(水)
▼会場：花巻・大迫・石鳥谷・東和図書館 ▼内容：認知症に関する啓発活動を行う「花巻市オレンジプロジェクト」による関連図書などの展示・貸し出し
- ◆**花巻図書館**
☎23・5334
●**おはなし会**
①0～2歳児対象：9月18日(金)、午前11時②3～4歳児対象：9月12日(土)、午前10時30分③5歳～小学校低学年対象：9月26日(土)、午前10時50分
●**こども映画会**
▼9月19日(土)、午前10時30分～11時10分 ▼内容：アニメ「狼森とざる森、ぬすと森」(度々公園林)
●**休日ほっと映画会**
▼日時：9月27日(日)、午前10時～11時40分 ▼内容：映画「宮沢賢治 銀河鉄道の夜」(風の又三郎)
●**令和8年度バリアフリー映画会**
▼日時：9月17日(木)、午前10時～11時55分 ▼内容：映画「おいしい給食 炎の修学」(おいしい給食 炎の修学)
- ◆**石鳥谷図書館**
☎45・6882
●**土曜わくわくタイム**
「第1～第4土曜日、午前10時30分、おはなし会と映画会」
▼9月5日、映画「落語アニメ お化け屋敷」ほか ▼9月12日、映画「クレヨン」の星」ほか ▼9月19日、映画「月の輪グマ」▼9月26日、映画「つるのつて」ともこの冒険」
●**図書企画展「お笑い芸人が書いた本」**
9月2日(水)～10月11日(日)
●**日曜映画会** ▼日時：9月27日(日)、午後1時30分 ▼定員：30人(当日先着順) ▼内容：映画「続・深夜食堂」
- ◆**東和図書館**
☎42・3202
●**土曜親子映画会**
▼日時：9月12日(土)、午前10時30分～11時20分 ▼内容：グリム名作劇場「ブレーメンの音楽隊」「命の水」
●**日曜くつろぎの映画会**
▼日時：9月27日(日)午後2時～3時50分 ▼内容：映画「日本映画名作集 戸田家の兄妹」
●**テーマ図書展「名作をよむ 宮沢賢治生誕130周年」**
9月2日(水)～30日(水)
●**ギャラリー展「阿部正介 切り絵「教会の空」」**
9月2日(水)～29日(火)
- ◆**図書などの新着情報**
●**おとなの本棚**
★『湯けむり文学 5分後にお風呂に入りたくなる』(荒木あかね ほか(講談社))

今月のおすすめの本

～おとなの本棚から～

★『夏帆 The Tale of KAHOKU』
一村上春樹(新潮社)

「君みたいな醜い相手は初めてだよ」初対面の男から突然こう告げられた絵本作家・夏帆は、怒りやショックよりも、ただ純粋に驚いた。それから彼女の周囲では奇妙な出来事が起こりはじめ……。



～こどもの本棚から～

★『ものの始まり 元素ってなんだろう?』
一萩野浩一(岩崎書店)

元素の世界へようこそ! この世の全てのものを作り上げている魔法のブロック「元素」。その発見までの歴史のほか、全ての元素を特徴別の18のグループ「族」ごとに写真や図を交えてわかりやすくご紹介。



★『廃村大全』浅原昭生(大洋図書) ★『毎日がちよっと楽しくなるコーヒーのはじめ方』坂本翔(Gakken)
●**こどもの本棚**
★『雨色のキャンバス』七海まち(小学館) ★『チーターどっちいったー?』大塚健太作、かのうかりん 絵(パイインターナショナル)
★『すみれのさとうづけ』石井睦美(世界文化社)

シーナシーナ花巻に

「本の返却ポスト」を設置しています

- 場所** 1階ロピア側入り口
- 時間** 午前10時～午後8時
- 使い方** 花巻市立図書館から借りた本の返却ができます ※CDやDVD、大型絵本などは返却できません

【各図書館の休館日】

花巻・大迫＝9月1日(火)・21日(月・祝)・22日(火・祝)・23日(水・祝)、10月1日(木)
石鳥谷・東和＝毎週月曜日、9月1日(火)・22日(火・祝)・23日(水・祝)、10月1日(木)



9月9日は「救急の日」、9月6日～12日は「救急医療週間」 救急車の適正利用について考えてみませんか?

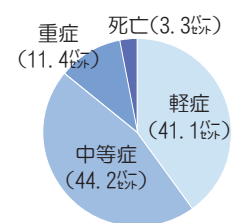
■救急車は限りある医療資源です

市内の救急出動件数は、令和5年をピークに減少傾向ですが、依然として多い状態です。通常、119番通報を受けると、現場から一番近い救急車が出動しますが、その救急車が出動している場合は遠方の救急車が出動するため、現場到着まで時間を要してしまいます。

■本当に救急車の出動が必要ですか?

近年、軽い切り傷や風邪などの軽症でも、「自分で病院に行くのが面倒」などの理由で救急車を利用する人が増え、社会問題になっています。

このような状況が続くと、脳卒中や心筋梗塞、事故による大けがなど、緊急に病院へ搬送する必要のある人へ



▲市内における搬送者の傷病程度の割合 (令和7年度)

の救急車の到着が遅れる可能性があります。
1人でも多くの命を救うため、救急車の適正利用にご理解とご協力をお願いします。

■救急車を呼ぶかどうか迷うときは

「救急車を呼んだほうがいいのかな?」「診察をしてくれる病院を教えてください」など、判断に迷った時は、岩手県救急安心センター「#7119」(ダイヤル回線やIP電話の場合は「019-656-1774」)に電話をすると、看護師に相談できます。

ただし、意識がない状態など、緊急搬送が必要だと判断した場合は、ためらわずに「119番通報」してください!



【問い合わせ】消防本部警防課(☎22-6124)



食事をおいしく、バランスよく 9月は「食生活改善普及運動月間」

【問い合わせ】健康づくり課
(☎41-3607)

食生活改善普及運動月間では「まずは毎日、あと一皿ずつ野菜と果物をプラス」を基本テーマに、次の五つの項目を全国的に推進しています。

■主食・主菜・副菜を組み合わせ、バランス良く

多様な食品から必要な栄養素をバランス良く摂りましょう。ポイントは、主食・主菜・副菜を組み合わせることで。



■野菜を毎日1皿プラスしよう

野菜摂取の目標量は1日当たり350gですが、日本人の平均摂取量は280g程度です。目標量の350gのうち、120g程度はニンジンなどの緑黄色野菜から、残りはキャベツなどの淡色野菜から摂取しましょう。



■毎日のくらしに果物を

果物摂取の目標量は1日当たり200gですが、日本人の平均摂取量は100g程度です。毎日のくらしに果物を取り入れましょう。



■おいしく減塩 まずは1日マイナス2g

日本人の食塩摂取量の目標値は1日当たり成人男性7.5g未満、成人女性6.5g未満です。だし汁やかんきつ類、香辛料を上手に使っておいしく減塩しましょう。



■牛乳や乳製品も忘れずに

牛乳や乳製品は、たんぱく質とカルシウムをバランスよく含んでいます。将来の健康のためにも、牛乳や乳製品を毎日摂りましょう。

