

上野図書館	上野丸之内 40-5	☎ 21-6868
西柘植公民館図書室 (ふるさと会館いが内)	下柘植 6243	☎ 45-9122
島ヶ原公民館図書室 (島ヶ原会館内)	島ヶ原 4739	☎ 59-2291
阿山公民館図書室 (あやま文化センター内)	川合 3370-29	☎ 43-0154
大山田公民館図書室 (大山田教育センター内)	平田 3154	☎ 47-1175
青山公民館図書室 (青山公民館内)	阿保 1411	☎ 52-1110

図書館だより

Library Information



2月の読み聞かせ

絵本の時間

7日(水) 午前10時~1時間程度
ふるさと会館いが小ホール

おはなしの会

10日(土) *小さい子むき
24日(土) *大きい子むき
午後2時~30分程度

上野図書館2階 視聴覚室

読み聞かせの会

18日(日)、20日(火)
午前10時30分~30分程度

阿山公民館図書室 読み聞かせ室

えほんの森

21日(水) 午後3時~30分程度
上野図書館2階 視聴覚室

*読み手 おはなしボランティアグループ「よもよも」

「大きな絵本」の読み聞かせ会

21日(水) 午前10時30分~20分程度
青山公民館図書室 絵本コーナー

おはなしたいむ

28日(水) 午前10時30分~20分程度
大山田公民館図書室 絵本コーナー

*読み手 おはなしボランティアグループ「きらきら」

☆絵本の読み聞かせ、紙芝居や手遊びなどをします。

新着図書紹介(上野図書館)

■一般書

『「擬音語・擬態語」使い分け帳』
山口 仲美・佐藤 有紀/著

娘の彼氏来訪に慌てる父は「あたふた」? 「おたおた」? そのラーメンは「あっさり味」? 「さっぱり味」? 日常会話によく使う、擬音語・擬態語。何気なく使い分けているけれど、その違い、あなたは説明できますか? 言語感覚を磨ける一冊です。

『東海(とうかい)の天職(てんしやく)一芸(いちぎ)』岡田 稔(のぶ) / 文 茶畑 和也(わや) / イラスト

昭和に生きた東海の職人(しやくじん)たちを紹介するのが、この本です。その数、なんと百人! ロープ職人、相撲(すもう)職筒(つづみ)引き職人、口バ(くちば)のパン屋(や)など、中にはちょっとめずらしい職人(しやくじん)さんも。もちろん伊賀市(いがし)の職人(しやくじん)さんも紹介されています。



■児童書

『中学生(ちゅうがくせい)への授業(じゆぎょう)をもとにした世界(せかい)一簡単(いちかんぱん)な「株(かぶ)」の本』

松本 大(だい) / 監修(けんしゆ)

証券会社(しやうけんがいせい)が中学生(ちゅうがくせい)を対象(たいさく)に行(い)った「株(かぶ)のがっこう」の授業(じゆぎょう)と、それを元(もと)に実際(じつじ)に投資(とうし)体験(たいけん)をした子ども(こども)たちの体験談(たいけんだん)で構成(こうけい)されている本(ほん)です。株(かぶ)のしくみや実際の株式(かぶし)投資(とうし)のやり方(やりかた)などが、子ども(こども)にも分(わか)りやすく説明(せつめい)されています。

『びっくりたまご』エリック・バテユ / 作・絵

巣(す)の中に、たまごが3つ。先に生まれたのは、白いことりと黒(くろ)いことり。最後に残(のこ)ったのは、ぶつぶつたまご…。おかしなたまごは巣(す)から出(で)て行(い)け! だけどぶつぶつたまごを追(お)い出すひょうしに、みんな巣(す)から落(お)ちちゃった。ことりたちを助(たす)けてくれたのは、なんと…。



IT革命と今日的な問題

社会(しゃかい)では今(いま)、IT革命(いーていごうめい)が進(すす)化(か)して大(お)きく動(うご)いています。急速(きゅうそく)に広(ひろ)がる情報(じゆうほう)化(か)社会(しゃかい)の中(なか)でコンピユーターを悪(あく)用(よう)したイ(イ)ンターネット上(じやう)での人権(じんけん)侵害(がいん)が増(ぞう)えています。特定(ていじつ)の地域(ちいき)、団体(だんたい)、個人(こじん)などに対(たい)する予断(よだん)と偏見(へんけん)に基づく差別(さべつ)情報(じゆうほう)や、正視(せいし)できないほどの暴力(ぼりき)・わいせつ画像(わいせつがざい)などを掲載(こうがく)するホームページ(ホームページ)が増(ぞう)加(か)し、ありとあらゆる違法(ひげん)法(ぽう)・有(あ)害(がい)情報(じゆうほう)が氾濫(はんらん)・横行(ごうぎやう)しています。中(なか)でも電(でん)子(し)掲(か)示(し)板(ばん)には同(どう)和(わ)地区(ちきう)や障(しょう)がいのある人(ひと)などに対(たい)する差別(さべつ)、誹(ひ)謗(ぼう)中(ちゆう)傷(きやう)記事(きじ)などが多数(たうすう)存在(そんざい)します。

これら、インターネット上(じやう)のホームペー(ホームページ)ジ(ジ)や電(でん)子(し)掲(か)示(し)板(ばん)などへの差別(さべつ)書き込(き)み事(こと)象(さう)は、差別(さべつ)落(お)書き(き)・差別(さべつ)投(とう)書(しよ)などと同(どう)様(よう)、匿名(あにま)性(せい)を悪(あく)用(よう)した今日(けふ)的(てき)な現(げん)実(じつ)の差別(さべつ)事(じ)象(さう)であり、更(さら)に直(ちやく)接(せつ)的(てき)な当事(とうじ)者(しや)間(かん)の問題(もんだい)にとどまらず、一(いつ)瞬(しゆん)のう(う)ち(ち)に全(ぜん)世界(せかい)に差別(さべつ)が発(はつ)信(しん)され差別(さべつ)が拡(くわ)大(だい)再(さい)産(さん)されるとい(い)う特(とく)徴(ていしゆく)をもった重(じゆう)大(だい)な社会(しゃかい)問題(もんだい)です。これら(これら)の情(じゆう)報(ほう)は子(こ)どもたち(たち)にも簡(かん)単(たん)に入(い)手(て)するこ(こ)とが可(か)能(ねい)です(す)ので、私(わたし)たち(たち)はこ(こ)の問題(もんだい)を真(ま)剣(けん)に考(こう)えてい(い)く必要(ひつやう)があり、二人(ふたり)ひとり(ひとり)が差別(さべつ)の防(ぼう)波(は)堤(てい)にならな(な)ければ

ならない」と思(おも)います。また、毎日(まいにち)のよう(よう)にいじ(い)じめによる自(じ)殺(ころ)が報(ほう)じら(ら)れてい(い)ますが、今(いま)大(お)きな社会(しゃかい)問題(もんだい)にな(な)っている子(こ)ども(ども)のいじ(い)じめ問題(もんだい)でも、携(けい)帯(たい)電(でん)話(わ)による電(でん)子(し)メ(メ)ール(る)を使(つか)った卑(ひ)劣(りやく)な人(ひと)権(けん)侵害(がいん)が子(こ)ども(ども)たち(たち)の間(かん)で起(お)こ(こ)っています。

大人(おとな)が子(こ)ども(ども)にも携(けい)帯(たい)電(でん)話(わ)を買(か)い与(よ)える背(せい)景(けい)には、安(あん)心(しん)・安全(あんぜん)の観(かん)点(てん)から、子(こ)ども(ども)の防(ぼう)犯(はん)上(じやう)い(い)つでも連(れん)絡(らく)が取(と)れて便(べん)利(り)な物(もの)であるとい(い)う保(ほ)護(ご)者(しや)の思(おも)い(い)が有(あ)ります(す)が、子(こ)ども(ども)たち(たち)は情(じゆう)報(ほう)機(き)器(き)として、手(て)軽(かろ)に持(も)ち運(う)び可(か)能(ねい)なコンピユ(コンピユ)ーター(た)ーとして認(にん)識(し)し、肌(はだ)身(み)離(り)さ(さ)ず持(も)って使(つか)用(よう)しています。

使(つか)い方(かた)を誤(ご)ればいじ(い)じめの道(みち)具(ぐ)とな(な)ってし(し)ま(ま)う携(けい)帯(たい)電(でん)話(わ)を子(こ)ども(ども)にも与(よ)える場合(ばあひ)は、決(き)めてお(お)くこ(こ)とが大(だい)切(せき)です。インターネット(インターネット)や携(けい)帯(たい)電(でん)話(わ)はただ道(みち)具(ぐ)として使(つか)うのではな(な)く、人(ひと)と人(ひと)のコ(コ)ミュ(ミュ)ニ(ニ)ケー(ケー)ション(ション)を画(えが)くもの(もの)だ(だ)とい(い)う「基本(きほん)」を忘(わす)れてはい(い)け(け)ないと思(おも)います。その「基本(きほん)」には相(あ)い手(て)を思(おも)い(い)やる心(こころ)、人(ひと)権(けん)がベ(ベ)ース(ース)にな(な)らな(な)ければい(い)け(け)ないのではな(な)い(い)で(で)しょう(う)か。

■このコラムは毎月1日号でいろいろなテーマで人権についてお話しています。
ご意見等は本庁人権政策課 ☎ 22-9631 ✉ jinken@city.iga.lg.jp へ

(阿山支所健康福祉課)

健康だより



花粉症について

くしゃみに鼻水、目のかゆみ。頭がボーっとしたり、イライラしたり…。花粉症の季節が近づくと、憂うつな気分になる人も多いはず。これからの季節を楽しく過ごすために、予防と対策をしっかりと行いましょう。

花粉症ってどんな病気??

花粉症は、植物の花粉によって起こるアレルギー性の病気です。樹木や草花の花粉が飛ぶ季節に、花粉が目や鼻の粘膜に付着することで症状が現れます。花粉症は、遺伝的な体質、住環境、食生活などのさまざまな要因が重なって起こります。原因となる植物はさまざまですが、その代表的なものはスギです。

花粉症の80%がスギ花粉症

日本の花粉症の約80%はスギ花粉症だといわれています。スギ花粉症の原因となるスギ(ニホンスギ)は、北海道と沖縄を除く日本全国に分布し、2月上旬から4月にかけての開花期に黄色の細かい花粉をまき散らします。

花粉症の症状

くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみ、のどや顔・首の皮膚のかゆみなど「首から上」の症状が主です。熱っぽさや体のだるさなど、全身症状をともしなうこともあります。

花粉症を予防しましょう

外出するとき『花粉を吸い込まない!』

- 風の強い晴れた日は、外出を控えめにしましょう
特に、昼前から午後3時頃までが花粉の飛ぶピークです。



- 外出時は、マスク、帽子、めがねカバーやゴーグルなどを着用しましょう(マスクは、花粉を通さない目の細かいフィルターのもの)
- 服は、花粉が付きにくいスベスベした素材のものを選びましょう
- 髪をコンパクトにまとめ、花粉が髪につかないようにしましょう
- 車の通風口に注意しましょう
(車内への花粉の侵入を防ぐために、通風口は閉じるようにしましょう。最近では、花粉対策用のフィルターが装備されている車も多いようです。)



家にいるとき『花粉を家の中に入れない!』

- 家に入るときは、衣類の花粉を払い、花粉を家に持ち込まないようにしましょう
- 帰宅後は洗顔やうがいをし、鼻をかみましょう
- 風の強い晴天の日は、窓を開けっ放しにせず、窓や戸をしっかりと閉めましょう
換気するなら、花粉の飛ぶ量の少ない夜間が早朝にしましょう。
- 室内の掃除をこまめにしましょう
(床・ソファ・カーテンなどは、掃除機で花粉を吸い取ります。仕上げに、ぬれ雑巾で取り残した花粉をふき取りましょう。)
- 空気清浄機で室内の空気をきれいにしましょう
- 外に干した洗濯物や布団は、よくはたいてから取り込みましょう

薬は早めが肝心

花粉症には、症状を抑えるためにいろいろな種類の薬が使われます。また症状の程度により使い分けられています。花粉症の薬物治療をする場合、内服薬は、シーズンに入って症状が重くなってから服用するのではなく、症状の出る少し前から飲み始めると効果的です。ただし、薬の効果には個人差があります。医師や薬剤師に相談してから使用しましょう。

本庁健康推進室 保健師 中村 有日子



以前は、がんは胃がん、という時代が確かにありました。しかし今日ではさまざまながんが増えており、「どんながんに罹るかかわからない」時代と なっています。従来のがん検査は、臓器ごとにそれぞれ別に検査を行うものでした。これでは、たくさん検査を受けようとしても時間的にも身体的負担の面でも限界があります。PET検査では、「がん細胞は正常な細胞に比べてたくさんブドウ糖を消費する」という特徴を利用し、全身のブドウ糖分布を調べることでがんの発見を行います。また同時に全身のCT検査も行い、両検査の画像を融合することで、より正確な診断が可能になります(これをPET

聴診器 市民病院だより



4月から健診センターでPET-CT健診が始まります



糖は炎症などがん以外の病気や一部健康な細胞にも集まる場合があります。PET-CT検査

4月にオープンする健診センターでは、PET-CT検査以外の項目も含めた総合コースやオプション検査を設定することで、PET-CT検査の長所を生かし、短所をできるだけ補ったがん健診を目指します。また、伊賀市全域の医療施設と連携し、がん患者の保険診療検査としても活用していきます。
放射線科部長 田中 直