

世界糖尿病デー in 三重

11月14日(土)の世界糖尿病デーにちなみ、糖尿病予防・治療の啓発などを行うために、青空糖尿病教室、ウォーキング大会、健康応援コーナーを設置し、夕刻からは伊賀上野城を糖尿病デー啓発カラーの青色にライトアップします。

多くの方のご来場をお待ちしています。

【とき】

11月14日(土) (雨天決行・荒天の場合中止)

【ところ】

伊賀上野城東側広場

【問い合わせ】

県健康福祉部健康づくり室 ☎ 059-224-2294

本庁健康推進課 ☎ 22-9653

FAX 26-0151

《内 容》

①ウォーキング大会 ★5kmコース

★10kmコース

正午：受付開始

午後1時：開会式・(準備体操) 忍にん体操

午後1時15分：スタート

午後4時30分：終了

②青空糖尿病教室 午後4時～5時

③健康応援コーナー 正午～午後5時

・ 血圧、体脂肪測定

・ 女性のための健康教室

・ 食事栄養相談

など



- 上野図書館 ☎ 21-6868
- いがまち公民館図書室 ☎ 45-9122
- 島ヶ原公民館図書室 (島ヶ原会館内) ☎ 59-2291
- 阿山公民館図書室 (あやま文化センター内) ☎ 43-0154
- 大山田公民館図書室 (大山田教育センター内) ☎ 47-1175
- 青山公民館図書室 ☎ 52-1110

図書館だより

Library Information

★新着図書紹介 (上野図書館)

■一般書 『頭の体操 BEST』

多湖 輝/著

『□は□□の千倍です』…三つの□には、すべて同じ文字が入ります。さて正解は？(p165)

このクイズに必要なのは知識ではなく、脳のひらめき。頭のトレーニングにどうぞ。

■一般書 『なぜ月曜の朝はつらいのか？』

笹気 健治/著

月曜日の朝の気分は、あなたが抱えているストレスの象徴です。一週間を健やかに過ごすために、心理面や身体面に向けた様々な対策を紹介してくれます。

■児童書 『犬たちをおくる日』

今西 乃子/作

舞台は、愛媛県の動物愛護センターです。犬たちの引き取り先を探すよりも、捨てられる犬たちを減らしていきたい——奔走するスタッフの毎日を描いたルポルタージュです。

■児童書 『ジャッキーのおかしブック』

あだち なみ/絵

大人気のキャラクター・こぐまのジャッキーと一緒に、お菓子を作ろう！かわいいレシピ絵本です。



11月の読み聞かせ

開催日	会場	時間	催物	*は読み手
11日(水)	青山公民館図書室絵本のコーナー	10:30～30分程度	大きな絵本の読み聞かせ会	
11日(水)	ふるさと会館いが小ホール	10:00～1時間程度	絵本の時間	
14日(土)	上野図書館2階視聴覚室	14:00～30分程度	おはなしの会	
14日(土)	島ヶ原公民館図書室	10:00～30分程度	絵本の時間「ネエよんで」	
15日(日)	阿山公民館図書室読み聞かせ室	10:30～30分程度	読み聞かせ会 *読み聞かせボランティア「はあと&はあと」	
17日(火)	阿山公民館図書室読み聞かせ室	10:30～30分程度	読み聞かせ会 *読み聞かせボランティア「はあと&はあと」	
18日(水)	上野図書館2階視聴覚室	15:00～30分程度	えほんの森	
28日(土)	上野図書館2階視聴覚室	14:00～30分程度	おはなしの会	
28日(土)	大山田公民館図書室えほんのへや	10:30～30分程度	おはなししたいむ *おはなしボランティア「きらきら」	
30日(月)	島ヶ原原子育て支援センター	10:00～30分程度	絵本の時間「ネエよんで」	

★絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどをします