

図書館 だより

問 上野図書館
☎ 21-6868 FAX 21-8999



司書のおすすめ

■絵本
『ねこのいえで』 高橋 和枝／作(アリス館)



猫のちーこがいなくなった。どこにいるんだろう。見つからなかったらどうしよう。家の中だけで暮らしてきたちーこは、外のことはなんにも知らない。遠くには行かないはずだけど…。猫がいなくなって、帰ってくるまでのお話。(TRC MARC より)

■一般書
『おとぎ話とめぐる世界の風景』
MdN 編集部／編(エムディエヌコーポレーションインプレス)

■児童書
『森のちいさな三姉妹 3』
ハロウィンで出会えた友だち
楠 章子／作、井田 千秋／絵 (Gakken)

■いがし電子図書館
『柴犬で覚える慣用句・ことわざ辞典』
momo 編集部／編 (マイルスタッフ)



柴犬のかわいいイラストとともに、慣用句やことわざを楽しく学べる一冊。勉強が苦手な子や犬が好きな子にぴったりで、放課後の自習やテスト対策にも役立ちます。笑えて、ためになって、心もほっこり和む辞典です。

図書館からのお知らせ

i すべての人に読書の楽しみを～バリアフリー図書の紹介～

上野点字図書館協力のもと、耳で聞いて楽しむことのできる録音図書（デイジー図書）や、触って読む点字図書の紹介展示を行います。
※上野点字図書館の録音図書は、上野図書館で貸し出しできます。ぜひご利用ください。
【と き】 10月1日(水)～31日(金)
【ところ】 上野図書館

i いろんなコトバでえほんをたのしもう

日本語や外国語で、おはなし会を行います。
【と き】 10月11日(土) 午前10時30分～
【ところ】 上野図書館 2階視聴覚室

i 図書リユースフェア

上野図書館で貸し出しを終了した本をお譲りします。
※雑誌の提供はありません。
(事前予約や書名の案内はできません。)
【と き】 10月25日(土) 午前9時～午後3時
※無くなり次第終了
【ところ】 上野図書館 2階視聴覚室
※10月26日(日)～31日(金)は、1階玄関付近に場所を移して実施します。

10月の読み聞かせ

絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどをします。(30分～1時間程度)

と き	ところ	催物(読み手)
9日(木) 10:30～	上野図書館	えほんのひろば(ちいさなねこ)
11日(土) 10:30～	大山田図書室	おはなしたいむ(きらきら)
15日(水) 10:30～	上野図書館	えほんの森(よもよも)
21日(火) 10:30～	大山田図書室	あかちゃんたいむ・ミニおはなし会
22日(水) 10:30～	上野図書館	おひざでだっこのおはなし会

ピンクリボン キャンペーン



乳がんの早期発見のためには、がん検診の受診と定期的な自己触診*が大切です。ピンクリボンキャンペーンでは、乳がんの基礎知識や自己触診についてお知らせします。各施設をご利用の際には、ぜひご覧ください。
*自分で乳房にしこりがないか触って確認する方法

【と き】 10月1日(水)～31日(金)
【ところ】
○ハイトピア伊賀2階、4階
○各子育て支援センター
○本庁舎2階(こどもの育ち支援課)
【内 容】
○乳がんに関するポスター掲示
○ポケットティッシュ配布による啓発

問 健康推進課
☎ 22-9653 FAX 22-9666

「芭蕉クン」を ご活用ください!

「芭蕉クン」イラストが申請により自由にご利用いただけます。



▲詳しくはこちら 問 文化振興課 ☎ 22-9621

伊賀市多文化共生推進 プラン委員会委員募集



市の多文化共生・協働によるまちづくりについて調査、審議する委員会の委員を募集します。

【募集人数】 若干名
【応募資格】
市内在住で満18歳以上の日本語が理解できる人(会議は日本語で行います。通訳はつきません。)
※市議会議員、市職員を除く。

【開催回数】 年2回程度
【任 期】 12月1日～令和9年11月30日
【報酬】 6,000円/日
※市の規定に基づく。

【応募方法】
応募フォーム・メール・郵送・持参
※応募動機(400字以内・応募フォーム様式自由)・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号を明記してください。

【選考方法】 作文審査
【応募期限】 10月27日(月)必着
申・問 多文化共生課
☎ 22-9702 FAX 22-9641
✉ tabunka@city.iga.lg.jp

文字や手話で コミュニケーションを支援します

◆市役所本庁窓口での手話通訳者の設置
各種申請や相談などの手続きの際に手話通訳が必要な人は、障がい福祉課窓口へ申し出てください。

【手話通訳者を設置している日時】
火・木曜日(午前9時～午後4時)
※変更する場合もありますので、詳しくはお問い合わせください。

◆要約筆記奉仕員・手話通訳者派遣

【対象者】
市内在住で、聴覚障がい、音声・言語機能障がいの手帳を持ち、社会生活において必要不可欠な用務に意思を伝えるための仲介者がいない人
※難病患者で同等の障がいがあると認められる場合、派遣対象となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

【派遣地域】 原則市内
※派遣料は無料ですが、派遣先の施設で駐車料金などが必要な場合は、依頼者負担です。

要約筆記奉仕員 申・問 障がい福祉課
☎ 22-9656 FAX 22-9662
✉ shougai@city.iga.lg.jp

スポーツの力 ～する・みる・ささえる～

健康と幸せを手に入れる運動のすすめ

皆さんは普段どのくらい体を動かしていますか。あまり運動をしない人もいれば、毎日ランニングで汗を流している人もいます。

スポーツ庁の調査によると、スポーツをする頻度が高い人ほど、日常生活の充実度が上がり、幸福度が高いとされています。また、厚生労働省の調査でも、適度な運動は気分転換やストレス発散につながり、メンタルヘルスの改善に有効であることが示されています。

運動をすることで、ストレスを解消するホルモン

「セロトニン」が分泌されます。セロトニンは「幸せホルモン」として知られていて、脳を活発に働かせるための鍵となります。また、免疫力向上やリラックス効果のあるホルモン「エンドルフィン」も分泌されます。

運動が得意ではない人も、まずはウォーキングやストレッチから始めてみませんか。心も体も健康になれる第一歩を踏み出しましょう。



問 スポーツ振興課
☎ 22-9635 FAX 22-9694
✉ sports@city.iga.lg.jp