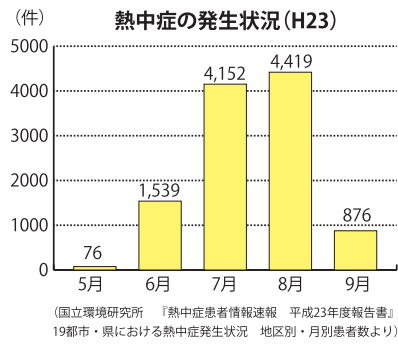


健康講座

熱中症の発生は、7月から8月にピークを迎えます。国立環境研究所の平成23年度の熱中症患者情報報告書によると、7月と8月の熱中症発生数合計は、約8500人を超えています。(左図)



熱中症は、短い時間で進行するケースが多く、甘くみていると危険です。重症化すれば死亡に至る可能性や、回復しても後遺症が残る可能性があります。

ちょっとした工夫を生活に取り入れることで熱中症は予防することができます。正しい知識を身につけて、家族みんなで夏の暑さに備えましょう。

危ない「熱中症」 特に高齢者と子どもは要注意!

【高齢者の注意事項】

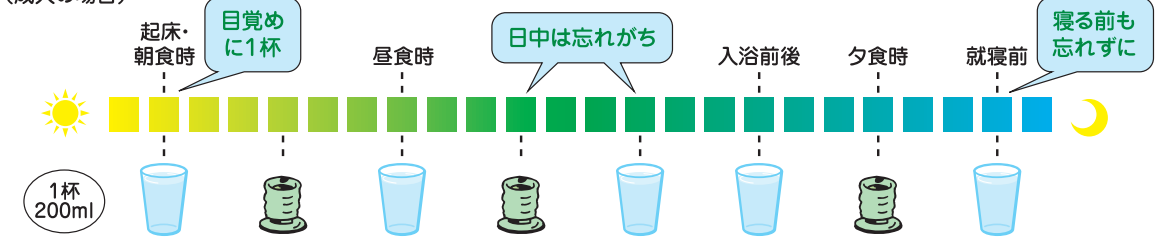
熱中症患者の約半数は高齢者です。高齢者は、暑さやのどの渇きを感じにくくなっているため、気づかないうちに脱水症状になっている場合があります。高齢者自身だけではなく、家族や周りにいる人も注意を払うようにしましょう。特に水分を取る時間を決めておくとうまいでしょう。

【子どもの注意事項】

身長が低く、地面に近い子どもは、大人以上に高温の環境下にさらされています。体温調節機能も未熟で、熱中症のリスクが高まります。また、乳幼児は暑さによる身体の不調をうまく伝えることができません。服装や水分補給のタイミングなどを注意して見守るようにしましょう。小まめに水分を補給する事が大切です。

1日の水分摂取量のめやす (成人の場合)

200ml×1日8回+朝昼夕の食事に含まれる水分



新十津川農業高校通信 No63



新農 生活班の心のふれあい活動

みなさんこんにちは。生活専門分会です。私たちは3年生3名、2年生5名の計8名という、他の分会より少ない人数で活動しています。昨年度の活動は、生活が楽しくなり、使った人が癒やされるものづくりを目指し活動を展開してきました。ひと針ひと針、綿のような羊毛を刺しながらフェルトイングマスコットを作り、ふるさとまつりで販売しました。また、ワークショップでは小さな子どもや小学生と一緒に交流し、高齢者福祉施設「かおる園」や「陽だまりの郷」を訪問した際には、利用者の皆さんとマスコットを作り交流を深めました。

その他にも本校で収穫したお米で米粉をつくり、加工品に取り組んでみましたが、満足のものにはならず、製品にするには時間がかかり、すぐに結果が出ないと痛感しました。今年度の活動は、去年の交流活動をさらに活発にすることを目指します。すでに施設訪問を数回行い、施設の利用者と一緒にゲームや行事に参加したり、特別なイベントがない日でも、利用者と一緒におしゃべりをするなど交流を通じ穏やかな時間を過ごしています。

訪問を行わない日には、販売会の時に他の専門分会の人たちに使ってもらおうと新聞紙を使ったエコバックづくりをしています。7月に行われる「ふるさとまつり」には、このリサイクル新聞バッグのコーナーを開く予定です。興味のある方はぜひ、ふるさとまつりで新農テントにいらして下さい。お待ちしております。

生活専門分会長
3年 相馬 衿奈

フォックン
インフォメーション
図書館



《自由研究の本展》

工作や手芸、自然観察など、自由研究の参考本や夏休みの推薦図書を展示、貸し出します。
展示期間 7月20日(土)～8月18日(日)

《おはなしころりんミニ》

赤ちゃんからの幼児向けお話し会を毎月第2、第4木曜日の午前10時30分から11時まで、おはなしのとびらで開催しています。
※得きっずカードに30ポイントが付きます。

《夏休み上映会》

日時 8月4日(日)
①11時～12時 子ども向けまんが映画を上映します。
題名「トムとジェリー 上には上がある」ほか7話です。
②14時～14時45分 大人向けを上映します。
題名「茂木健一郎の脳活用法スペシャル」
「茂木健一郎」の本を紹介しつつ、「集中力」を高める方法として参考にしてください。

《読み聞かせボランティア募集》

図書館で絵本の読み聞かせを行い、子どもたちの豊かな心の育成を手助けしてみませんか。

《7/15～8/14の休館日》

月曜日 : 7月15日、22日、29日
8月5日、12日
月末整理日 : 7月31日(水)

おすすめ
ライブラリー

問合せ 図書館 ☎76・3746 みなよむ



『13歳からの家事のきほん』
46
アントラム栢木利美 著
13歳からは大人の仲間入り。掃除、片づけ、洗濯、料理、裁縫などの家事の基本だけではなく、裏ワザや節約術も紹介。子どもだけでなく、家事の初心者さんにも役立つ本です。
【児童向け】

『旅ノート・散歩ノートのつくりかた』 奥野宣之 著
山歩き、シヨップ巡り、歴史散歩、ライフログ…、自分の旅を自分流に楽しむためのノートのつくり方を紹介。切って、貼って、書いて、宝物となる思い出を残しませんか。歩くのが楽しくなること請け合いの一冊です。

バーシュ記 ⑤

やっと夏が来ました。自然を楽しみたい強い衝動に駆られます。

このあいだ、友達と富士山の話をしました。私は登ったことがないので、友達にどうだったかと聞くと、彼は「頂上から見る朝日の昇る風景は最高だったけど、山は汚れていたり、人がたくさん登っていたことに衝撃を受けた」と言っていました。

その後、エベレストについてのある記事を読んだのですが、エベレストも登山する人で混雑してきたと書いてありました。

登山用具や技術の進歩、天気予測精度の向上、高山病の対処などと現地ガイドの登山知識が活用されるに伴って、特にお金が

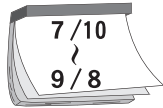


新十津川中学校で英語指導助手として働くデービッド・バーシュ・エドワードさんのエッセーです。

あれば、エベレストの山頂へはとても簡単に到着できるようになりました。2012年は、一日当たり最高で234人が無事に登頂しました。

富士山のこと、エベレストのことを見聞きした時、私は人間と自然の関係のことを考えさせられました。自然に触れることは重要だと思います。ですが他方では、自然に対する人間の影響が心配です。善意を持っていても、意図的ではない悪影響を与える可能性があります。

今年の夏は、「人は、自然に何らかの影響を与える」ということを忘れず、自然を楽しみましょう！



10(水)	放課後おはなしタイム(15:00～図書館)
11(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館)
12(金)	1966カルテットコンサート(19:00～ゆめりあ)
13(土)	青空図書館(12:00～図書館)
14(日)	
15(月)	
16(火)	
17(水)	新十津川美術協会「協会展」(~8/4 改善センター) 第6回子育てスクール(10:00～子育て支援センター) 放課後おはなしタイム(15:00～図書館)
18(木)	
19(金)	
20(土)	小中学校夏季休業(~8/18) 自由研究の本展(~8/18 図書館) おはなしころりん『おまつり』のおはなし (14:00～図書館)
21(日)	第23回参議院議員通常選挙(7:00～19:00)
22(月)	
23(火)	児童生徒教職員母村訪問(~26日) 児童館バス遠足(9:45～妹背牛町)
24(水)	7~8か月児健康相談(9:15～ゆめりあ) 3~4か月児健康相談(13:15～ゆめりあ)
25(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館) 1歳8~9か月児健康診査(12:15～ゆめりあ) 3歳1~2か月児健康診査(12:30～ゆめりあ) 少年野球教室(13:00～ピンネスタジアム)
26(金)	10~11か月児健康相談(9:15～ゆめりあ) 1歳2~3か月児健康相談(9:30～ゆめりあ)
27(土)	第41回野外慈善ビールパーティー (15:00～改善センター前)
28(日)	第27回しんとつかわふるさとまつり (10:00～ふるさと公園)
29(月)	やまびこ(10:00～ゆめりあ・改善センター)
30(火)	ぴよぴよきっずスペシャル (10:00～子育て支援センター)
31(水)	親子ふれあい造形教室(10:00～児童館) 子ども絵画教室(13:30～改善センター) シニアいきいきクラブお菓子作り教室「夏」 (10:00～ゆめりあ)
8/1(木)	
2(金)	
3(土)	おはなしころりん『おばけ』のおはなし(14:00～図書館)
4(日)	夏休み上映会(①子ども向け11:00～、②大人向け14:00 図書館)
5(月)	親子ふれあい造形教室(10:00～児童館) 子ども絵画教室(13:30～改善センター)
6(火)	ゆめりあ陶芸部会「会員展」(~8/25 改善センター)

7(水)	七夕まつり(13:30～児童館)
8(木)	やまびこ(9:00～ゆめりあ・改善センター) おはなしころりんミニ(10:30～図書館)
9(金)	やまびこ(9:00～ゆめりあ・改善センター) フッ素塗布(12:40～ゆめりあ) 妊婦歯科健診(13:10～ゆめりあ) えほんがトドックよみかかせキャラバン (10:00～子育て支援センター)
10(土)	
11(日)	
12(月)	やまびこ(9:00～ゆめりあ・改善センター)
13(火)	
14(水)	
15(木)	
16(金)	
17(土)	おはなしころりん『すいか』のおはなし(14:00～図書館)
18(日)	
19(月)	
20(火)	
21(水)	放課後おはなしタイム(15:00～図書館)
22(木)	おはなしころりんミニ(10:30～図書館)
23(金)	
24(土)	第7回子育てスクール(10:00～ゆめりあ)
25(日)	
26(月)	中学生芸術鑑賞事業(10:00～ゆめりあ)
27(火)	
28(水)	小学生芸術鑑賞事業(10:00～ゆめりあ) 介護保険相談(13:00～ゆめりあ) 放課後おはなしタイム(15:00～図書館) うちエコ診断inしんとつかわ(9:00～改善センター)
29(木)	長寿を祝う会(11:00～改善センター)
30(金)	うちエコ診断inしんとつかわ(9:00～改善センター)
31(土)	
9/1(日)	明和会利用者作品展(~9/22 図書館)
2(月)	
3(火)	
4(水)	放課後おはなしタイム(15:00～図書館) 新十津川神社例大祭
5(木)	
6(金)	
7(土)	チャレンジスポーツ(9:00～スポーツセンター) 新中学校祭(8:35～新中) おはなしころりん『おじいちゃん おばあちゃん』の おはなし(14:00～図書館)
8(日)	新中学校祭(8:35～新中) クラルテ人形劇公演(10:30～図書館)

温かい雰囲気が集まった庭先での
現。家族が集まった庭先での
惜しさを、車との会話体で表
引き取ってもらおう車への名残
新車が来たときの嬉しさと、
族が集う

小林 悦子

五人めの曾孫生まれて喜べり
心豊かに育つをねがいで

越智 栄

長寿社会となって曾孫と対
面は珍しくないが、5人目と
なると、格別の思いである。
心豊かに育つてほしいと願っ
ている。

岡 須美

体のほころびを縫いながら
と縫い物に事寄せて歌ってい
るが、老いてなお、しつかり
と日常を送っている。

