

《6/15～7/14の休館日》  
 月曜日：6月16日、23日  
 7月7日、14日  
 月末整理日：6月30日(月)

# おすすめ ライブラリー



みなよむ  
 問合せ 図書館 ☎76・3746  
<http://db.net-bibai.co.jp/SHINTO2/>  
 蔵書検索と図書館だよりは  
 ホームページからもご覧いただけます

DVD



『The City of the Gods』  
 犬童一心・樋口真嗣／監督、  
 和田竜／原作、野村萬斎・榮  
 倉奈々ほか出演  
 天下統一目前の豊臣秀吉が  
 唯一落とせない城があった。  
 領民から「のぼう様」と呼  
 ばれて慕われた城代・成田長  
 親を主人公に据え、驚天動地  
 の大逆転実話を描く。原作も  
 おすすめです。(145分)

児童



『いしをつんだおとこ』  
 あきやまだし 著  
 家もない、貧しい男がいま  
 した。ある日、男は石を積み  
 はじめました。ひとつ、また  
 ひとつ石を拾っては、積んで  
 いき……。来る日も来る日も石  
 を積みつづけたひとりの男の  
 お話。

一般



『野の花の立体切り紙』  
 やまもとえみこ 著  
 山桜やしろつめくさ、紫陽  
 花、朝顔、彼岸花、野原あざ  
 み、南天、雪割草……。  
 身近に咲く四季の野の花  
 を、立体的に再現した切り紙  
 43作品の作り方を紹介し、コ  
 ピーして使える型紙も収録し  
 ています。

## スポーツコラム「齊藤さんがゆく。」

空知教育局から町教育委員会事務局に  
 派遣され、社会教育主事として働く齊  
 藤伸一さんのコラムです。



今回は、平成22年度JOC（日本オリンピック委員会）強化スタッフの廣戸聡一さんが提唱する「4スタンス理論」を検証するため、教育委員会のYさんを被験者とした先月号の実験の続きについてです。この理論では、誰もが先天的に持ち備えるスタンス（運動軸の置き方）を、重心が足の前後、内外のどこにかかるかで、4つに分類しています。なお、この4つに優劣はありません。また、スタンスを調べる方法にはいくつかあり、コップの持ち方などの日常動作から調べる方法や、前屈などの身体動作から調べる方法などがあります。チェックの結果、Yさんは、重心が後ろで外側にかかるB2タイプであることが判明しました。B2タイプのトップアスリートは、野球では松井秀喜選手、サッカーだとデビッド・ベッカム選手が該当します。それでは、この理論を用いて、「昔は逆上がりができた」と言い張るYさんが、再びできるようになるか実験開始です。まず、鉄棒を前にして、Yさんに「鉄棒を体に引き付けたまま足を頭上へ蹴り上げ、

後方へ回転してください」という指示を出しました。本人も、こんな一般論は知っています。やはり、絵に描いたように体が落ちてしまい、何回挑戦してもうまくいきません。そこで、B2タイプの人に最適な方法として、「肩と首を逆手で鉄棒に近づける（肩に近い高さの鉄棒を選ぶ）」「鉄棒より前の深い位置で踏み切る」「膝ではなく腰を高く持ち上げるイメージで」という指示を出しました。すると、今までが演技だったかのように体が上がり出し、3回目には見事回ることに成功しました。「やったー！」と、いい大人2人が公園で大喜ぶ様子は恥ずかしかったですが、Yさんのお子さんが抱いている「格好いいお父さん像」を守ることができ、私も一安心です。この理論の下では、いわゆる運動音痴はいないとのこと。お子さんの指導に困っている方や、ご自身が運動やスポーツをする上で違和感を覚えている方は、一度試してみる価値はありそうですよ。

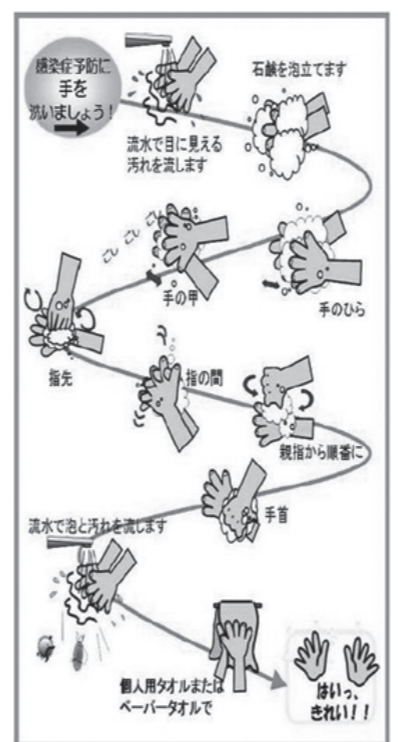
# 健康 知って得情報

食中毒を予防しよう！～黄色ブドウ球菌～  
 (担当：保健福祉課)

今回は、夏場に発生が多くなる、黄色ブドウ球菌による食中毒の予防についてお知らせします。

**【菌の特徴】**  
 黄色ブドウ球菌は、自然界に広く分布しており、健康な人の皮膚や喉、鼻、毛髪などにもいます。特に調理する人の手や指に傷や湿疹があり、傷口が化膿している場合は、この菌がたくさん付着しています。

黄色ブドウ球菌が一番繁殖する温度は30度～40度です。つまり真夏の常温が繁殖しやすい温度です。また、10度以下の場所では繁殖しません。



**【原因食品】**  
 黄色ブドウ球菌による食中毒は、おにぎりや弁当、サンドイッチやケーキなど、さまざまな食品が原因となります。ほとんどの場合、菌が調理する人の手から伝わって食品に取り込まれています。

**【主な症状】**  
 食後、およそ3時間以内に吐き気や激しい嘔吐が起きます。腹痛や下痢も伴いますが、高熱になることはあまりありません。

**【予防方法】**  
 ①調理前と調理中、食事の前には、手をよく洗います。  
 ②手荒れや手に傷のある人は、食品を直接触ったり、調理しないようにしましょう。

③おにぎりなどを作る時は、薄い手袋やラップを使いましょう。  
 ④調理中、毛髪や衣服に、むやみに触れないようにしましょう。  
 ⑤調理器具の洗浄殺菌を徹底しましょう。  
 ⑥食品は10度以下で保存し、長時間室温で放置しないようにしましょう。

これからの季節、屋外でのバーベキュー、行楽などでおにぎりや弁当を作ることも多くなるかと思えます。食中毒を予防して、この夏を乗り切らましょう。

## 新十津川 農業高校通信

H26.6 No.75 意見発表のクラス予選を終えて

高校に入学し、2度目の意見発表大会。今回は、前回よりもかなり力を入れました。クラスのみんなも、1年生の時よりもすごく良く頑張って、すごくびっくりしました。

1年生の時は、とても早口な人や、声の小さい人がたくさんいました。選ばれる人は目に見えて「この人だな」と分かりました。調べていることもみんな似たり寄ったりで、「ふーん」と思いながら聞いていました。

でも、2年生になってみんな力が入っていました。かくいう私も力を入れていました。みんなが、今まで以上に調べ上げ、大きな声で聞き取りやすく読んでいました。内容も「ほー」と関心できるものも多く、誰を選ぶか、迷うこともありました。

私のクラスには経験者が2人いるので、その2人の発表の仕方には圧倒されてしまいました。けれども、他のみんなも負けじと、一生懸命に発表し、力の限りにがんばっていました。

これは、結果を残せなくてもこれからのことにどんな役立てていくことができるか、と思っています。

2年生は、高校生活の中でも一番気が緩んでしまう時期です。けれども、この時期につけた力は進学や就職、将来の事に一番必要になってくると思います。

選ばれても選ばれなくても、今回この発表を通して得た自分の力をもっと伸ばして次に次へと進んでいきたいと思っています。

2年 下村 零羅

