

《6/15～7/14の休館日》
 月曜日 : 6月15日、22日、29日
 7月6日、13日
 月末整理日: 6月30日(火)

おすすめ ライブラリー



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



児童



一般



『100万回生きたねこ』
 小谷忠典／監督
 ガンを患い、余命を宣告された作家、佐野洋子さんの最期の日々を記録したドキュメンタリー。1冊の絵本で繋がった作者と生きつらさと向き合う読者たちを見つめ、世代を越えて読み継がれる絵本と佐野さんの世界をひも解きます。
 (91分)

『ごはん』 平野恵理子 作
 具をごはんと一緒に炊き込んだ「たきこみごはん」、豪快に食べられる「どんぶりもの」、体が弱ったときにぴったりな「おかゆ」... おいしそうなごはんがいっぱい！
 見てるとおなががすいてくる絵本です。

『捏造の科学者 STAP細胞事件』 須田桃子 著
 誰が、何を、いつ、なぜ、どのように捏造したのか？事件の当事者に深く入ってスクープした毎日新聞記者が、STAP細胞事件について書き下ろす。第46回大宅壮一ノンフィクション賞書籍部門受賞作品です。

スポーツコラム「齊藤さんがゆく。」

ショッピングセンターなどで、カラフルな石に埋め尽くされた壁に登っている人を見かけたことがあるでしょうか。これらの施設は、「クライミングジム」や「ボルダリングジム」と呼ぶそうです。
 私は、気が小さいので、クライミングの類は、危険な匂いがして避けてきました。ところが、先日、大人だけでなく子どもも楽しそうに取り組んでいる様子を見て、気が大きくなりジムに飛び込みました。
 ボルダリングとは、ロッククライミングの中のフリークライミングの一種で、シューズとチョークの最低限の装備で岩や石に登るスポーツだそうです。
 もちろん、私にはわずかに芽生えたやる気以外、知識も技術も持ち合わせていないので、「初心者体験コース」を選びました。入会金と1日券の料金(合計約3,000円程度)で、インストラクターから1時間の講習を受けられる、大変お得なコースです。
 まずは、施設案内や注意事項などをまとめたDVDを見せてもらいます。次に、ボウリング場同様に、レンタルシューズに履き替えると、早速実技指

導を受けます。壁の石は、「ホールド」と言うそうで、プラスチック系の樹脂でできていて、人工壁にボルトで固定されています。「初めての方でしたら、まずは、ピンクのホールドを登ってみましょう」と指示されました。考えていたよりも簡単で、はしごを登ると大差ありません。「上手です！」インストラクターが褒めてくれます。「もしかして、センスあるのでは!？」と勘違いに酔いしれたのも、わずかの時間でした。垂直を超える壁に移ると、重力が手と腕に容赦なくダメージを与え、だらしない体を反省させてくれます。それに加え、ホールドの配置と形がやたらと意地悪になるのです。ついに耐え切れず、ぶざまに落下しました。インストラクターは、「そろそろ休憩しましょうか？」と言い残すと、まだ30分も経っていないのに2度と戻って来ませんでした。
 翌朝、彼が適切な判断をしたことが分かりました。痛みがひどく箸を持つことすらできないのです。



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。

健康 知って得情報

食肉による食中毒を予防しよう!

(担当: 保健福祉課)

これからの時期は高温多湿で食中毒菌にとっては絶好の環境です。また行楽シーズンとなり、食肉から感染する食中毒が増加します。

食肉による食中毒とは

食肉から感染する代表的な食中毒菌は、腸管出血性大腸菌O157、カンピロバクター、サルモネラです。中でも発生件数が最も多いのがカンピロバクターです。

食肉による食中毒菌は非常に感染力が強く、ごく少量の菌でも感染するという特徴があります。

主な原因

生肉、たたき、生レバー。

また、新鮮な肉であっても、菌が付着している肉を十分に加熱せず食べると食中毒になる可能性があります。肉を食べなくても、生肉や肉汁に触れた手、食器や調理器具から他の食品に感染し、食中毒が発生するケースも多いです。

主な症状と対応

食中毒になると、1日〜7日ほどで激しい下痢、腹痛、嘔吐、発熱、倦怠感などの症状が現れます。飲食してから発症するまでの潜伏期間が長いこともあるため、食中毒と判断しにくい場合もあります。子どもや高齢者、体力が弱っている人は感染しやすく、重症になる恐れもあります。食中毒かもしれないと思ったら医療機関を受診しましょう。

予防方法

食中毒予防の基本は、菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」です。特に食肉による食中毒には「つけない」「やっつける」が重要なポイントです。
 ○つけない〜二次汚染を防ぐ
 ・生肉を調理するときはビニール手袋などを使用し、素

- 手で触れることを避ける。
- 肉や魚を切ったまな板や包丁をそのまま使わない。
- 調理器具はしっかり洗浄し、十分乾燥させる。
- 焼肉や鍋などのときは、生肉用の箸やトングを準備し、食器用の箸と別にする。
- 野菜と肉は分けて保存、分けて盛りつける。サラダや果物など生で食べるものは、生肉の近くに置かないようにする。
- やっつける〜十分な加熱
 ・食品は75度で1分以上加熱し、中心までしっかり加熱する。
- ・調理済みレトルト食品や冷凍食品、残りものを温める際も十分に加熱する。



食事や調理のちよつとした心掛けによって食中毒を防ぐことができます。予防法を実践し、安全で楽しい食生活を送りましょう。

新十津川 農業高校通信

H27.6 No.87

農業高校に入学して

私たち1年生が新十津川農業高校に入学して1カ月が経過しました。
 入学してからは中学校とは違うことがたくさんあり、中でも一番の違いは農業の専門的な学習があることです。中学校では農業の実習を経験していないので、実習服に着替えては場の整備をしたり、カボチャの播種をしたりと普通校では経験できないことばかりで、毎日がとても新鮮です。

また、行事の多さにも驚きました。先日、農業クラブの意見発表大会クラス予選会があり、お手本として発表された先輩たちの発表力のすごさに圧倒され、それと比べると私たち1年生の発表はまだまだだと痛感させられました。
 行事は意見発表大会以外にもたくさんあって、私たちはまだ体験したことがありませんが、これからの学校生活の楽しみでもあります。

農業高校に入学して毎日が新しいことばかりで、こんなに楽しい高校に入学できて本

当に良かったと思います。まだ始まったばかりの高校生活ですが、40人のクラスメイトで過ごすこれからの3年間、1日1日を大切に生活していきたいと思っています。そして、将来に向けていろいろな経験を積み、自分の目標を実現できるように、何事にも一生懸命頑張ります。

1年 櫻井 夏鈴

