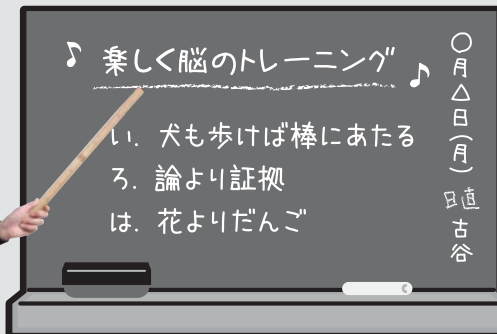


脳の健康教室

読み・書き・計算で
脳の健康維持、
増進を!



いくつになっても
若々しく元気で
毎日を過ごそう!



『読み書きと簡単な計算の教材を使って、脳を活性化させる認知症予防教室を開催します。週1回の教室と、毎日の自宅学習を行います。楽しく学習してみませんか?』



- 日時 6月30日(木)～12月22日(木)の毎週木曜日、午前中に1時間程度
 - 場所 のいちふれあいセンター
 - 定員 20人程度
 - 受講料 6,000円(1ヵ月1,000円×6ヵ月分)※教材費込み
 - 募集期間 5月1日(日)～6月15日(水)
- ※応募者多数の場合は、申し込みに応じられない場合もありますのでご了承ください

脳の健康教室 サポーター募集!



- ◆内容/脳の健康教室に参加される学習者の方への助言や教室運営支援
- ◆期間/7月7日(木)～12月22日(木)の毎週木曜日午前中
- ◆対象/概ね70歳までの香南市民の方・事前の研修会に参加できる方(6月16日・23日開催予定)
- ◆募集人数/10人程度
- ◆謝礼/1日 1,000円



▼問い合わせ
高齢者介護課 地域包括支援センター ☎57-8511

昨年、第5子を出産し、今は小悪魔天使との生活を満喫している日々です。とにかく5男は、ママの子。後追いの時期も重なって、私の気配を感じなくなると「ウエーン」。目に大粒の涙を浮かべ、ハイハイしながら探しまわるありさまです。「お兄ちゃんたちはこんなじゃあなかったのになあ...」。5人も



いると、食欲旺盛な子もいれば小食な子もいるし、よく泣く子もいればその逆もいて、一人ひとり違う個性を受け止めるのに毎日、奮闘中です。「5人も子育てしていれば、もうベテランママやね!」とよく言われますが、今日に至っても「子育てはさっぱり分からん!」と涙ながらに訴えたいくらい、子育て音痴。あまりにも必死すぎて、子どもたちの成長を見逃してしまったり、思いどおりにならなくて一

ただ今奮闘中

緒に泣いたり、怒ったり。「どうしてだろう。こんなはずじゃなかったのに!」と心も体もやつれてしまつこともしばしばです。姉妹で育つた私は、男の子(ちなみに我が家は5人全員男です)の行動は、はちゃめちゃで理解不能!予想外のハプニングに見舞われることもしばしば。仲良く遊んでいると思えば、取っ

組み合いのケンカが勃発し、ふすまは破けるわ、床は抜けるわ...家中は、常に非常事態発令中!気が休まる時がありません。でも、5人の子どものおかげで、私も日々成長させられ、最強ママになれるよう育ててもらっています。

こ数年、私の周辺でも最強ママ予備軍(子どもさんママ)は珍しくなく、少子化なんて感じさせない勢いです。皆さんもこの大変な世の中、色々な不安を抱えながら子育てに必死で向き合っていると思います。でも、いつも笑顔で、精神的にも余裕を持ちながら楽しく過ごされているような印象を受けます。私も、そんな育児ママ仲間と共に過ごし、パワーをもらいながら、倍増した忙しさとは裏腹に、気持ちは大らかに日々笑顔で元気に過ごせていたらな...と思う今日このごろです。

拡声器

※市内在住者に、コラムを書いてもらうコーナーです

おでかけ広場



5月18日(水) 10:10～11:30

香我美おれんじ保育所の子育て支援を毎月1回、図書館2階「おはなしのへや」で行っています。読み聞かせの時間もありません。気軽にご参加ください。

5月の展示

ファンタ爺の空間

- 期間:5月10日(火)～15日(日) 10時～17時 ※12日(木)は休館
- 場所:香我美図書館2階展示ホール



香我美町の柳本章さんが数年かけて集めた山の木を磨いて作ったオブジェに、友人の協力を得て陶器や生け花、押し花と一緒に展示します。ぜひご来場ください。

こけ玉教室

身近にある植物を使ってこけ玉を作ってみませんか?

- 日時 5月28日(土) 13時30分～15時30分
- 場所 香我美図書館2階展示ホール
- 材料代 300円
- 持ってくるもの こけ玉にしたい植物
- 定員 先着20人
- 申込み方法 希望者は香我美図書館まで申し込みをしてください。



図書案内 吉川図書室より ☎55-0525

- 《大人向け》
- ◆わが人生の歌がたり(昭和の哀歌) 五木寛之/著
- ◆新入社員 ぜったい安心マニュアル 濱田秀彦/著
- ◆寅さんは税金を払っていたのか? 元国税調査官 大村大次郎/著
- 《子ども向け》
- ◆けっしてそうではありません 五味太郎/編
- ◆プロゴルファー 石川 遼 井上兼行/編



とじよかんナビ



●休館(室)日

(香我美・野市図書館)毎月の月曜日・第2木曜日・祝日
(夜須図書室)祝日のみ (吉川図書室)土・日・祝日

新着案内 香我美図書館より ☎55-0022

- 《大人向け》
- ◆箱庭図書館 乙一/著
- ◆県庁おもてなし課 有川浩/著
- ◆ジェノサイド 高野和明/著
- ◆日韓インテリジェンス戦争 町田貢/著
- ◆頭のよい子の家にある「もの」 四十万靖/著
- 《子ども向け》
- ◆らくだい魔女と鏡の怪人 成田サトコ/作
- ◆ゴールデン・バスケットホテル ルドウィッヒ・ベームルマン/作
- ◆元素図鑑 エイドリアン・ディングル/作

『もたない男』 中崎タツヤ/著

断捨離ブームで、いろいろなものを思い切って処分している人も多いかと思いますが、この人の捨て方はほんとにすごい!必要最低限のもので漫画を描き、椅子の背もたれも不要と思えば切ってしまう。過去の原稿や自分の単行本も処分してしまうほどの「もたない男」。ここまでものを処分することはなかなか真似できませんが、ここでもたなくても生活できるということを知れば、片付けがはかどるかも。



Pick up!

『レネット 金色の林檎』 名木田恵子/著

チェルノブイリ原発事故の前日に生まれた徳光海歌(みか)。十二歳で死んだ兄・海飛(かいと)、一身に息子の死を背負って生きる父、父を責める母。その徳光家に原発被災者の少年セリョージャがやってくる。一家におきる小波。不器用な家族の哀しみを北海道の海と大地がうけとめて、やがて家族の絆へとかえていく。けがれなき林檎への祈りとともに...。今読んでみたい一冊です。



広報への意見 とにかくかわいい「ごーにゃん!」が大好き♡ 単行本が欲しい!!

5月おはなし会

野市

絵本読み聞かせ:14日・28日(土)
おはなしの会:18日(水)

香我美

なんじゃもんじゃ...14日・28日(土)
プチなんじゃもんじゃ...21日(土)