

# 01 超・簡単ダイエットのコツを伝授 実践!! 計るだけダイエット

申込期間：9月1日～30日

あのNHK『ためしてガッテン』元プロデューサーの北折氏が講師です。「メタボの何がいけないのか?!」の謎を、わかりやすくお伝えします。「思うようにいかないダイエット」から「思うようにできるダイエット」にするためのコツを伝授します。

日程	場所	費用	定員
10月31日(休) 14:00～16:00	総合体育館 3階研修室	無料	100人

## 講師略歴

1964年 生まれ  
1987年 NHK 入局  
1995年 「ためしてガッテン」のプロデューサー  
2013年 NHK 研修センター 研修事業部  
現在に至る

申込方法…保健センター窓口、メール、FAXで申し込み。メール、FAXの場合は以下の必要事項を記入。  
①参加者の氏名 ②住所 ③電話番号  
④参加人数 ⑤講師への質問

※保育の準備はありませんが、お子さんと一緒に聞くことは可能です(親子スペースの設営を予定)  
保健センター ☎258-1236 FAX 258-5994 ✉hoken@town.saitama-miyoshi.lg.jp

# 02 赤ちゃんのいるおうちへ 家庭訪問を実施中

町で生まれたすべての赤ちゃんに対して生後3か月までの間に、保健師・助産師が家庭訪問にうかがいます。赤ちゃんの体重計測や赤ちゃんとお母さんの体調の相談のほか、予防接種や子育て情報をお持ちしますので、どんなことでもお気軽にお話しください!

赤ちゃんが生まれた家庭には出生連絡票の提出の有無に関わらず、保健センター職員から保護者へ直接ご連絡します。また、里帰り出産をしている方も利用できます。詳しくは保健センターまでお問い合わせください。



→家庭訪問には町の保健師・助産師がうかがいます。

# 03 育児相談が変わりました

保健センターでは月1回の身体計測日に、「よってコーナー」を開催しています。子育てに役立つ様々なテーマを月替わりでお知らせしています。保健師や管理栄養士が対応しますので、お気軽にお立ちください。また、月1回の育児相談(予約制)では1人30分を目安に時間を取り、保健師・管理栄養士がお話をうかがっています。前日まで予約を受け付けています。

## 身体測定日

	2013年	2014年
日程	9月6日(金) 10月4日(金) 11月1日(金) 12月6日(金)	1月10日(金) 2月7日(金) 3月7日(金)

## 育児相談日

	2013年	2014年
日程	9月13日(金) 10月11日(金) 11月8日(金) 12月13日(金)	1月17日(金) 2月14日(金) 3月14日(金)

身体測定は予約不要、  
育児相談は予約制です。

保健センター ☎258-1236

## 休日・夜間・小児時間外診療所

施設名	休日急患診療所	第二休日診療所	小児時間外救急診療所	イムス富士見総合病院(入院等が必要な救急小児)
所在地	ふじみ野市駒林 353	富士見市鶴馬 3351-2	ふじみ野市駒林 353	富士見市鶴馬 1967-1
電話番号	049-264-9592	049-252-4050	049-264-9592	049-251-3060
診療日	日曜・祝日・年末年始	日曜・祝日	月～土曜	月・木曜
診療時間	9:00～16:00 20:00～22:00	9:00～16:00	20:00～22:00	月・木曜が平日 18:00～翌朝8:00まで 月・木曜が祝日 8:00～翌朝8:00まで

# 9月2日(月)～11日(水)まで全館休館

図書館システム更新のため、上記の期間は全館(中央図書館・竹間沢分館)休館します。※期間中、ブックポストへの返却はご遠慮ください。

## “ほんのむし”主催 読み聞かせボランティア講習会

10月6日(日) 10:15～12:15(受付10:00～)

- ▶内容…読み聞かせの会で使える“手遊び・わらべうた”—絵本との組み合わせ例も紹介—
- ▶アドバイザー…町立図書館司書
- ▶対象…興味のある人どなたでも
- ▶定員…60人 ▶資料費100円
- ▶会場…中央図書館
- ▶問合せ…中央図書館まで
- ▶申込み…✉gkcs@21yahoo.co.jp (ほんのむし事務局) FAX 258-6488 (中央図書館 水野宛)



## お知らせ

### 「わらべうた」「子守うた」紹介コーナー

「わらべうた」「子守うた」の本を特設コーナーで紹介中です。幼い子の心とことばを育むといわれる「わらべうた」をお子さんと楽しんでみませんか。CD付きの本もあります。

# みよし 歴史 探訪

問文化財保護課 ☎258-1666

「明和9年8月2日酉の刻、辰巳の方角より風強く吹き出し、戌の刻に至って、いよいよ激しく、大木を抜くばかりとなる。これにより家屋、塀など吹き潰し、永代橋も傾く。」稀にみる暴風雨で被害甚大だったと「徳川実紀」が伝えている。今の暦では1772年8月30日あたり、夕方の6時ごろから南東風が強まり、夜8時ごろには凄まじい風雨となった。関東地方を北寄りに進んだ台風が雨よりも風の被害を江戸の町にもたらしたと考えられる。この時三芳も大きな被害を受けた。多福寺和尚記録によれば百年来の暴風雨に樹木はもちろん作物も吹き折れ、家屋14・15軒が倒壊し死者1名まで出している。三富新田始まって以来、今日に至るまで未曾有の台風被害だった。さて、この台風被害は上富中組(現在の2区にあたる)に「普請助合講」という互助組織を生んだ。参加する百姓は、大小に限らず、すべて平等に出資し、世話人がプール

「普請助合講」(家屋工事)に際し、順番に貰う仕組みだ。また、工事の時お互いに人足を出すことも取り決め、その人足は成人男子を原則にして、子どもや老人などは禁じている。ただし、寡婦や病氣などの場合は免除され、中組に居住するすべての人が共に助け合って生活する仕組みを生み出した。台風被害の副産物であったが、終まで125年も続いた。災害は人間ひとりの弱さを思い知らせ、共に立ち上がる強さを教えてくれる。今、上富のケヤキ並木を歩く。古くから続く家は屋敷林に囲まれている。こんな木が根こそぎ倒されることがあるのだろうかと思う。アメリカ中部を襲った竜巻のような猛烈な突風が起これば、あり得るのかもしれないと思う。現代人は、科学で自然をコントロールできると思い、打ちのめされてきた。「普請助合講」終会から116年、新たな共助の仕組みが求められる日が来るのだろうか。

# 図書館 だより

中央図書館 ☎258-6464  
開館時間/10:00～19:00(土・日は18:00まで)  
休館日/毎週月曜日、月末、土・日除く祝日  
竹間沢分館 ☎274-1722  
開館時間/11:00～18:00  
休館日/毎週月曜日、月末、土・日除く祝日  
地域文庫  
児童書の貸出、お話をなどを行います  
つくし文庫…9月21日(土) 10:00～12:00  
場所/上富第1区集会所  
あらた文庫…毎週火曜日15:30～18:00  
場所/荒田宅(藤久保536-4 三芳東中学校近く)

## “図書館”にまつわる本 別置紹介中



はなしむしぼし 話虫干  
小路幸也 著  
筑摩書房  
2012年6月発行  
請求記号:913 ショウジ

とある図書館では、話の内容を勝手に変更してしまう〈話虫〉から本を守るための〈話虫干〉が大切な仕事の一つ。夏目漱石の「こゝろ」の世界に図書館員たちが入り込み〈話虫干〉するため奮闘する。