

## 広報みよし6月号「個別がん・肝炎ウイルス検診」の訂正とお詫び

6月号の「個別がん・肝炎ウイルス検診」の表中に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

正：肝炎ウイルス検診

誤：肺炎ウイルス検診

# 乳がん検診

マンモグラフィ検査を行います。注意事項をよく確認のうえ、お申し込みください。

**費用 2,000 円** (生活保護受給者は無料)

▶対象…40歳以上の女性で「奇数月生まれ」「前年度受診のない偶数月生まれ」「無料クーポン該当者」

▶定員…各日90人

▶場所…保健センター (中央図書館前)

### ■ 申込方法

健康増進課窓口・官製はがき・FAX・メール・ホームページのいずれかで下記の必要事項を伝えて申し込み。

### 《はがき・FAX・メールで申し込みする場合の必要事項》

- ①乳がん検診申し込み②住所③氏名(ふりがな)④生年月日⑤日中連絡可能な電話番号⑥検査日の希望(第1希望のみ。ない場合は「希望なし」と記入)

**日程 9/25(金)・26(土)**

### ■ 申込時のお願

- ・官製はがきの場合は、締切当日の消印有効です。FAX・メールの場合は締切日までの受付。申し込みは7月31日まで(締切厳守)。31日以降に抽選を行い、受診券の郵送をします。受診券が届くまで1~2週間程度かかります。ご了承ください。
- ※申し込み後、8月15日までに受診券が届かない場合は、健康支援担当までご連絡ください。

### ■ 検査ができない人等

- ①妊娠しているまたは可能性のある人
- ②授乳中の人
- ③卒乳後1年以内の人
- ④豊胸術をした人
- ⑤胸壁に人工物が入っている人
- ⑥乳房の手術後1年以内の人
- ⑦検診バスへの移動に不安のある人

検診申込期間  
7月1日~31日



## 「新しい生活様式」における 熱中症予防のポイント

### ① 暑さを避ける

- ・換気扇や窓開放で換気しつつ、エアコンなどで温度を調整。
- ・暑い日や時間帯は無理をしない。
- ・涼しい服装にする。
- ・急に暑くなった日は特に注意する。

### ② 適宜マスクをはずす

- ・気温や湿度の高い中でのマスク着用は要注意。
- ・屋外で人と2m以上の距離を確保できる場合、マスクをはずす。
- ・マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離をとったうえでマスクをはずして休憩する。

### ③ こまめに水分補給

- ・のどが渇く前に水分補給(1日あたり1.2リットルが目安)。
- ・大量に汗をかいたときは塩分も忘れずに。

### ④ 日頃から体調管理

- ・日頃から体温測定や健康チェックをする。
- ・体調が悪いときは無理せず自宅で静養。

### ⑤ 暑さに備えた体づくり

- ・暑くなり始めの時期から無理のない範囲で運動をする(やや暑い環境でややきつと感じる強度で毎日30分程度)。

詳しい情報は環境省・厚生労働省のホームページをご覧ください。



熱中症情報



新型コロナ情報

熱中症情報 <https://www.wbgt.env.go.jp/>  
 新型コロナウイルス感染症情報 [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

## としょかん・なつやすみによもう! 2020

小・中学生向けに作った、夏休みに読んでほしい本のリストの中から、1冊ずつ選んで紹介します。

### 1・2年生向き

#### 「ひとまねござるときいろいろぼうし」

なんでもしりたがり、ひとまねが好き、さるのじょーじ。アフリカでいろいろぼうしのおじさんに捕まり、船と一緒にまちへ行きますが…。挿絵が楽しい絵本。



H.A.レイ / 文・絵  
光吉夏弥 / 訳  
岩波書店  
1983年9月発行  
請求記号: Eひ

### 3・4年生向き

#### 「お蚕さんから糸と綿と」

以前は日本中で育てられていた「お蚕さん」。養蚕農家の西村さん一家が、蚕を育て、繭から絹糸をとる様子を中心に、美しい写真で伝えます。



大西暢夫 / 著  
アリス館  
2020年1月発行  
請求記号: 630マ

### 5・6年生向き

#### 「みつばち」

5年生のまみこがある朝、家のポストの中でみつけた驚くべきものとは…? 普通の小学生たちの身に起きた思いがけない出来事を扱う話4篇。



丘修三 / 作  
片岡まみこ / 画  
くもん出版  
2005年9月発行  
請求記号: 913オ

### 中学生向き

#### 「ぼくたちがギンターを殺そうとした日」

終戦後のドイツの村。少年フレディは、友人たちとともに難民の子ギンターをいじめてしまう。仲間のリーダーの一言で、事態は思わぬ方向へ。



ヘルマン・シュルツ / 作  
渡辺広佐 / 訳  
2020年3月発行  
請求記号: 943シュ

## 図書館だより



中央図書館 ☎ 258-6464

開館時間 / 10:00 ~ 19:00 (土・日・祝 18:00 まで)

休館日 / 毎週月曜日、月末

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

配本所 (中央公民館内) ☎ 258-0050

開館時間 / 9:00 ~ 21:00

休館日 / 原則第1月曜日 (中央公民館休館日)

※6/23現在、中央図書館のみ、一部利用制限を設けて開館しています。  
 詳しくは中央図書館にお問い合わせください。

### 7月1日施行 プラスチック製買い物袋有料化 / "プラスチック・環境問題"に関する本



#### 一般書

「プラスチックの現実と未来へのアイデア」  
 みんなで考えたい未来のために、今からできるアイデアの数々  
 高田秀重 / 監修  
 東京書籍 2019年8月発行  
 請求記号: 519プラ

海洋プラスチックごみ問題などの現状や新たな取り組み、残される課題などを複数の人物で調査し、まとめられた緊急レポート。ポスト・プラスチック・循環型社会へ向けた取り組みも取り上げる。キーワードの解説や、参考資料の情報も多数掲載。

## みよし 歴史 探訪

文化財保護課 ☎ 258-6655

### 発掘現場からよみがえる、太古の三芳

遺跡からは、土器や石器などのほかに、太古の昔に暮らした人々の様々な痕跡が見つかります。木や草が燃えて残った炭もそのひとつです。炭を科学分析にかけることで、当時の暮らしの様子や自然環境が詳しく分かります。

#### それはいつ使われたのか

先月お伝えした藤久保東遺跡でも、火を燃やしたと考えられる場所が見つかり、そこから細かな炭が大量に見つかりました。

まず、この火はいつ燃やされたものなのでしょうか。その疑問を解決するために、炭の年代を測定できる「放射性炭素年代測定」という自然科学分析を行いました。結果、この炭は約3万年前のものである、つまりこの場所で火を燃やしたのは約3万年前からということが分かりました。

#### 炭からよみがえる当時の風景

では、この炭はなにを燃やして出来たのでしょうか。自然科学分析



↑炭に全て竹串を刺した様子。最も密集している所が火を燃やした場所と考えられる。

では、炭の断面を顕微鏡で観察することで、その種類を推定することができます。結果、炭の多くはコナラ属コナラ節の木材であることが明らかになりました。

遺跡から見つかった炭を細かく分析することで、約3万年前、藤久保東遺跡周辺にはコナラなどの木々が育ち、人々はそれらを燃料に火を起こして暮らしていたことが分かりました。

こうした発掘現場で得られる様々な調査結果をひとつずつ積み重ねることで、太古の三芳の姿が少しずつよみがってくるのです。