

新着本紹介

- ・クロニクル千古の闇 決戦のとき
ミシェル・ペイヴァー/作 さくまゆみこ/訳 酒井 駒子/画 評論社
- ・1Q84 a novel BOOK 3
村上 春樹/著 新潮社
- ・脳に悪い7つの習慣
林 成之/著 幻冬舎
- ・なんでもひける世界地図 世界遺産の検索ガイド付き2009
正井 泰夫/監修 成美堂出版
- ・神様のカルテ
夏川 宗介/著 小学館
- ・魔法使いの台所
婦人之友社編集部/編 婦人之友社
- ・やっぱりお昼はおべんとう まとめづくりとフリージングで
婦人之友社編集部/編 婦人之友社
- ・大きな字だからスグ分かる！ウインドウズ7入門 基本のキホン編
毎日コミュニケーションズ
- ・秋草の花 家請け人克次事件帖
築山 桂/著 双葉社
- ・居眠り音江戸草紙 更衣の鷹 上・下
佐伯 泰英/著 双葉社
- ・野分一週 酔いどれ小籾次留書
佐伯 泰英/著 幻冬舎
- ・ギヴァー 記憶を注ぐ者
ロイス・ローリー/著 島津やよい/訳 新評論
- ・三びきのコブタのほんとうの話
ジョン・シェスカ/文 レイン・スミス/絵 いくしまさちこ/訳 岩波書店
- ・ダヤンの切り絵12カ月
池田あきこ/著 主婦の友社
- ・ターシャ・テューダーのガーデン
ドーヴァー・マーティン/著 リチャード・W・ブラウン/写真 相原真理子/訳 文藝春秋



2010 6 June

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
*	*	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

● 休館日 ● 絵本のおはなし会

来月の「絵本のおはなし会」

6月も絵本の会「ゆきんこ」のみなさんによる楽しい絵本のおはなし会があります。みなさんぜひ聴きにきてください。

と き 6月5日(土) ひる2時～ 6月19日(土) ひる2時～
と ころ シルトピアカレッジ図書館(児童図書コーナー)



入学式

4月7日、70名の新・油木高生が誕生しました。産業ビジネス科32名、普通科38名の新生は、緊張の中にも喜びにあふれた表情で高校生活をスタートさせました。

対面式・生徒会オリエンテーション

4月8日、生徒会行事「対面式・オリエンテーション」を行いました。生徒会活動の説明、年間行事の紹介、クラブの勧誘など執行部が運営しました。1年生にとって貴重なアドバイスを得る機会となりました。



音楽部新入生歓迎コンサート

4月9日、中庭で音楽部が新歓コンサートを開きました。校舎の窓からたくさんの生徒がSWING!!! みんなで「楽しい音楽の時間」を共有できるのはとても素敵なことですね。



新入生合宿

4月12、13日に帝釈峡休暇村で合宿研修を行いました。筆算検定、英語の単語テストに真剣に取り組みました。また校歌練習、大縄飛び、ハイキングなどを通じて学んだクラスで協力して、みんなでやりきるという気持ちを忘れずに高校生活を過ごしていきましょう。



保健福祉センターだより

5月3日は「世界禁煙デー」

タバコと健康被害

タバコには約4000種類の化学物質が含まれており、そのうち約200種類が有害物質であることが分かっています。

喫煙には、肺がんをはじめ咽喉頭・喉頭がん、食道がん、肺気腫、心筋梗塞、脳卒中など多くの病気を引き起こす可能性があります。また、妊娠中の喫煙による未熟児分娩や死産の増加、乳幼児のタバコ誤飲による死亡事故など喫煙による被害は病気だけではなくあります。

受動喫煙について

他人が吸ったタバコの煙を自分の意思とは無関係に吸わされる「受動喫煙」によって病気になる危険性が近年の研究で明らかになってきています。現在、受動喫煙を防ぐための取り組みも増えています。

禁煙を始めよう

しかし「禁煙は難しい。長くタバコを吸ってきたし、今さら止めてもなあ」と思いかもしれません。でも大切な命です。禁煙を始めるのに遅すぎることはありません。

タバコが止めにくいのはタバコ依存症に原因があります。

最近では、どうしてもタバコが止められない人に、医療機関(禁煙外来)で医師による効果的な禁煙を行う治療ができるようになりました。禁煙支援医療機関で相談してください。(禁煙支援医療機関については、保健課にお問い合わせいただくか各医師会のホームページ等で確認してください。)

日常生活のちょっとした工夫が禁煙成功のコツ

- ① 食べすぎ、脂っこい食事、過労や夜更かし、ストレス等喫煙と結びついている行動を直そう。
- ② タバコやライター、灰皿など処分しタバコから離れる。タバコが吸えない場所を利用する等禁煙しやすい環境づくりをしよう。
- ③ 吸いたくなったら深呼吸する、水や牛乳を飲む、果物を良く摂る等代わりの行動をしよう。

○ 禁煙と医療・医師による禁煙サポート

タバコが止めにくいのはタバコ依存症に原因があります。最近では、どうしてもタバコが止められない人に、医療機関(禁煙外来)で医師による効果的な禁煙を行う治療ができるようになりました。禁煙支援医療機関で相談してください。(禁煙支援医療機関については、保健課にお問い合わせいただくか各医師会のホームページ等で確認してください。)

お問い合わせ
保健課
☎89-3366



●センチピードグラス
別名「ムカデシバ」と呼ばれるセンチピードグラス。6月に植えつけると9月には畦畔全面をシバが覆うようになります。(写真上)

一般的に水田の畦畔管理は刈払機で行いますが、事故も多く危険な作業です。楽に畦畔を管理するため、新しいタイプの草刈機や地面を覆うように広がる背の低い植物(グラウンドカバープランツ)の利用が増えてつあります。

今回は、町内でも栽培が始まっているグラウンドカバープランツを紹介しします。

●センチピードグラス
別名「ムカデシバ」と呼ばれるセンチピードグラス。6月に植えつけると9月には畦畔全面をシバが覆うようになります。(写真上)

植付けは、苗を移植する方法と、種子が貼り付いてあるシートで畦畔を覆う方法



植付けは、苗を移植する方法と、種子が貼り付いてあるシートで畦畔を覆う方法

(写真下)

●芝桜
多年草で、白や濃いピンク、淡い紫色など桜に似た花がジュータンのように一面を覆います。

株分けや挿し木で増やせます。挿し木は、先端の葉のついた茎を6cmぐらい切り苗床にさします。そして半日陰におき、水がきれないよう管理すると1カ月程度で根が出て植え替えします。(農) 高原ファーム光信では、昨年11月中旬に挿し木から育てた苗を畦畔にマルチを張って植えつけています。

えいこの通信

特集 水田畦畔管理を楽にしませんか

一般的に水田の畦畔管理は刈払機で行いますが、事故も多く危険な作業です。楽に畦畔を管理するため、新しいタイプの草刈機や地面を覆うように広がる背の低い植物(グラウンドカバープランツ)の利用が増えてつあります。

今回は、町内でも栽培が始まっているグラウンドカバープランツを紹介しします。

●センチピードグラス
別名「ムカデシバ」と呼ばれるセンチピードグラス。6月に植えつけると9月には畦畔全面をシバが覆うようになります。(写真上)

植付けは、苗を移植する方法と、種子が貼り付いてあるシートで畦畔を覆う方法

(写真下)

●芝桜
多年草で、白や濃いピンク、淡い紫色など桜に似た花がジュータンのように一面を覆います。

株分けや挿し木で増やせます。挿し木は、先端の葉のついた茎を6cmぐらい切り苗床にさします。そして半日陰におき、水がきれないよう管理すると1カ月程度で根が出て植え替えします。(農) 高原ファーム光信では、昨年11月中旬に挿し木から育てた苗を畦畔にマルチを張って植えつけています。

お問い合わせ
保健課
☎89-3366