



図書室だより

開成町民センター図書室のスタッフが、おすすめの本や購入した図書、イベントなどの最新情報を紹介します！ぜひ、図書室に遊びに来てください。お待ちしております♪

開成町民センター図書室情報
電話▶☎20-4742
開室時間▶火～金曜日：10時～20時30分
土・日・祝日：10時～17時
休室日▶毎週月曜日
貸出冊数は一人4冊までです。貸出期限は2週間です。
※おはなし会開催！日時：4月8日(土)11時～
ぜひ、親子で足を運んでください！

おすすめ本



牧野富太郎の恋

なが お たけし
長尾 剛 著
朝日新聞出版

独学で植物の知識を身につけ、日本初の本格的な植物図鑑を刊行した植物学者・牧野富太郎。

土佐の商家に生まれながら植物学への情熱に目覚め、上京するも、生家の財産を使い果たす有り様。生涯植物を愛し、その魅力を伝え、天真爛漫に生きた牧野富太郎とその研究人生を支え続けた妻・壽衛（すえ）の生涯が描かれています。

新しく購入した図書



一般書

大人の方向けの本を紹介します。



◀元の黙阿弥
審議官
藍色ちくちく
間借り鮫まさよ
ある愛の寓話

おく やま きょう こ
奥山 景布子
この びん 敏
今野 美由紀
たか ちり 高森 美由紀
はら 原 宏一
むら やま 村山 由佳

児童書

児童向けの本を紹介します。



◀エリザとさくらのものがたり 小手鞠 るい
とんでやすんでかんがえて... 五味 太郎
コロネのおしりはどっち? 塚本 ユージ
5年2組ふしぎだね 吉野 方理子
ワニのクロッカスなにができる? ロジャー・デュボアザン

公園・道路緑地 ボランティア名鑑 No. 4

日々、町の公園や道路緑地の美化活動をしているボランティアの皆さんを紹介します。

街づくり推進課 ☎84-0321

今回紹介するボランティアさんは...

足柄しあわせ倶楽部の皆さん

活動を始めたきっかけは?

松田町で経営している会社を通じて出会った、仕事仲間やお客さんと一緒に何か社会貢献ができないかと考え、松田町、開成町、山北町でゴミ拾いや除草等の活動を始めました。



グループ名の由来は?

活動を通じて「自分がしあわせに!」、地域をきれいに「地域もしあわせに!」というのが由来です。汗を流して作業したり、地域の方から感謝の言葉をかけられたりすると、ボランティアをしていてよかったと、しあわせな気持ちになります。

今後の意気込み!

参加される方はボランティアの意識が高い方々です。継続することが大切なことだと感じています。活動しているところを見てもらい、「自分もやってみたい」、「自分が使うところは自分できれいにする」と思ってもらえる人が、増えたらしあわせです。



「サポセンNEWS」と隔月でお届けします。

子育てだより

生活リズムを整えよう!

問 子育て健康課 ☎84-0327



ん〜、よく寝たね!

春は、引越越し、入園・入学、保護者の方の仕事の変化等これまでの生活と違う環境におかれることが多くなる季節です。「こころ」と「からだ」を健康に保つためには、大人も子どもも、生活リズムを整えることが大切です。

- ・食べる
- ・排せつする
- ・活動する
- ・寝る、休息をとる

早起き早寝のすすめ

人間の体のリズムは、脳が毎朝、太陽の光を視覚で認識することによって調整しています。これを毎日同じ時間に

繰り返していると、脳が認識し、次第に自然な目覚めとともに、昼間に活発な「からだ」「あたま」「こころ」の働きが促されるようになります。また、成長に欠かせないホルモンも、このリズムに連動して分泌されるようになります。人間の体は、起床時間の約14〜16時間後に眠くなるというメカニズムを持っています。毎朝きまつて6時に起きたら、20時頃には眠くなるということです。

「早く寝たい、寝かせたい」と思ったら、まずは朝、「起きる、起こす」ことから始めてみましょう!家族みんなで一緒に寝られるとよいですね。

食べやすいものから始めてみよう!



朝ごはんを食べる習慣がない方は、まず、おにぎりやパン、フルーツやヨーグルトのみでもいいので、何かを食べることを始めてみましょう。

朝ごはんを食べよう

朝ごはんは、脳を活発に動かすための大切な栄養です。朝食を摂ることで、体温が高まり集中力がアップします。また、腸を刺激することで便秘の解消にもつながります。

元気だより

問 酒田保育園 ☎82-2277



▲ ママと一緒に「おはよう!」

▲ 「いただきます!」「おいしいね」

「ぬくもりを感じよう」

酒田保育園 保育士 小砂 潮古

保育室の扉を開け「おはよう」の言葉に、今日はどんな表情を見せてくれるのかなあと毎日楽しみです。0〜1才の赤ちゃんの成長は、ハイハイ・つたい歩き・ひとり立ち、そして一歩を踏み出す瞬間等、一つ一つの成長を保護者の皆様と共有できることが何より嬉しいことです。そして、子どもの小さな手の温もりやかわいらしい微笑みにいつも元気をもらっています。子どもの言葉にならない思いを代弁し、安心・安全の保育に努め、子どもたちの成長を応援していきたいです。そして、子どもたちが「自分で」という気持ちに自信を持ってよう、見守っていききたいと思っています。

「元気だより」では、町の子どもたちの様子を学校・保育園等の現場からお届けします。