



図書室だより

文中の推し本! 第3弾!

町制施行70周年の記念企画として、全4回にわたり文命中学校の図書委員の皆さんにおすすめ本「推し本」を紹介してもらいます。
どんな本が紹介されるのか、お楽しみに!

『本好きの下剋上』
香月 美夜 著 出版:TOブックス

現代日本に暮らす本須麗乃は、念願の図書館への就職が決まった日に亡くなってしまう。未練を抱いた彼女は気がつくと異世界の幼女マインとして生活することになる。現代日本の知識を持って本を手に入れるために出世していくお話です。

2年生
込山 紗穂さん
おすすめ



『死神と天使の円舞曲』
知念 実希人 著 出版:光文社文庫

私のおすすめの本は、「死神と天使の円舞曲」です。この本は、犬と猫の姿を借りた死神、レオとクロと、未練を持ちながら死んだ地縛霊とのお話です。とても感動的で、ミステリー要素も入っているので、ぜひ読んでみてください!

1年生
梶谷 優希さん
おすすめ



『きみの友だち』
重松 清 著 出版:新潮文庫

この本は、事故で足が不自由になった主人公の恵美をはじめとした、いろんな登場人物の視点で物語が展開されていく連作長編です。登場人物が学生ばかりなので、共感がつまつた一冊です!ぜひ読んでみてください。

3年生
野崎 淳平さん
おすすめ



(左から)込山さん、
野崎さん、梶谷さん▶



まちかいっしん
開成町は自治会の活動が活発な町。自治会のことはコチラ!
地域防災課 ☎84-0326



下延沢自治会 こどもの居場所づくり

下延沢自治会では、小学生の夏休み期間中に自治会館を開放し、地域のこどもたちの居場所づくりに取り組みました。猛暑の続く中、涼しい自治会館で宿題をしたり、ゲームをしたりと、こどもたちの元気な声が響いていました。また、今回の取組では、老人クラブの第二長生会の皆さんに協力してもらい、「カーレット」を教えていただきました。こどもだけでなく、大人や高齢者の方まで一緒に楽しむことができ、世代を超えた新しい交流が生まれました。



▲輪投げで遊ぼう!



▲世代を超えてカーレットを楽しみました!

こどもの居場所づくりはP4-5もチェック▶

子育てナビ

幸せホルモン、オキシシン

問 こども課 ☎84-0327

幸せホルモンとも呼ばれる、脳内ホルモンの「オキシシン」をご存じですか?

リラックスした気持ちでゆったりと親子で触れ合うことで、脳内に分泌され様々な相乗効果をもたらしてくれます。

オキシシンの効果

赤ちゃんのうちにオキシシンが多く分泌されると、将来オキシシンがつくられやすい脳になります。大人にとっても魅力的な効果がたくさんあります。

- | | |
|--------------|-----------|
| ♥ 愛情や信頼関係を築く | ♥ 痛みが和らぐ |
| ♥ ストレスに強くなる | ♥ リラックス効果 |
| ♥ 免疫力アップ | ♥ 認知機能改善 |
| ♥ 美肌効果 | |



分泌を活発にするには?

オキシシンの分泌を活発にする方法はいくつかありますが、中でも「スキンシップ」「目を見つめる」「優しく話しかける」は、親子でお互いにオキシシンの分泌を活性化できるのでおすすめです。

今回は親子で癒されて幸せを感じることのできるスキンシップとして、ふれあい遊びをご紹介します。

おすすめのふれあい遊び

バスにのって



お子さんを大人の膝の上に乗せて、上下や左右の動きを楽しむ手遊び歌です。お子さんが落ちないよう、しっかり支えてあげてください。



いっぽんばしこちよこちよ

歌に合わせて、お子さんをくすぐったりなでたりします。

みんない
笑顔だね♪



元気だより

「みんなの秋は、どんな秋?」

酒田みずのべ保育園 保育士 松澤 紘理

問 酒田みずのべ保育園 ☎85-0305



春はドキドキ新年度。新しい友だちや先生との出会い。夏には水あそび・夏休み。絵の具を使って自分だけのミックスジュースづくりをしました。秋には、イス取りゲームや貨物列車などの集団遊びを通じてルールを守る事の大切さを学び、運動会に向けて色々な競技に挑戦して悔しい涙を覚えました。たくさんの「楽しい」「嬉しい」を味わい、時に「悲しい」「悔しい」を経験して心も身体も大きくなってきています。そんなこどもだちは、どんな秋を過ごしたのかな?

秋の味覚を味わった美味しい給食を食べた食欲の秋。運動会でかけっこをして友だちと競い合う事の楽しさを味わい、お家の方に見てももらった事で自信をつけたスポーツの秋。お家の人にたくさん甘えてスキンシップ、大好きが詰まった愛情の秋。考えればきりがないほど様々な秋を過ごしたのではないでしょうか。春・夏・秋に経験した事を自信に繋げて、更に成長することもだちと一緒に成長していくことに感謝でいっぱいです。

「元気だより」では、町の園・学校の様子を取材してお届けします。