



図書室だより

文中生の推し本!

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り本「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ふ。未練を
抱いた彼女は気がつくとき世界の幼女メインと
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
こみやま さき
込山 紗葵さん
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

私のおすすり本は、「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
かじがや ゆき
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、共感がつまった
一冊です!ぜひ読んでみてください。

3年生
のぞき じゅんぺい
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▶



▲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▶



開成町は自治会の活動が活発な町。
自治会の元気な情報をお届けします。

問 地域防災課 ☎84-0326

自治会のことはコチラ!



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。

子育てナビ

幸せホルモン、オキシトシン

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「オキシトシ
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。

オキシトシンの効果

赤ちゃんのうちにオキシトシンが多く分泌されると、
将来オキシト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?

オキシト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ト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も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。



いっぽんばしこちょこちょ

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 絵理

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
なっています。
そんなこどもたちは、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、お家の方に見てもらった事で自信をつ
けたスポーツの秋。お家の人になくさん甘えてスキ
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
するこどもたちと一緒に成長していけることに感謝
でいっぱいです。

「元気だより」では、町の園・学校の様子取材してお届けします。