

新刊紹介

- 一般書 ○児童書



- ロータスコンフィデンシャル / 今野 敏(著) / 文藝春秋
- 九十八歳。戦いやまず日は暮れず / 佐藤 愛子(著) / 小学館
- もういちど / 島中 恵(著) / 新潮社



- カラフルなひとりごと / 種村 有希子(作) / ほるぷ出版
- 街どろぼう / junaida(著) / 福音館書店
- りぼんちゃん / 村上 雅郁(作) / フレーベル館



2021・第75回全国読書週間
10月27日(水)
～11月9日(火)
標語「最後の頁を閉じた
違う私があった」

▲読書週間ポスター

本の展示・貸出
「ことばで奏でる詩の世界」

夏の暑さがやわらぎ、ホッと一息つく秋がやってきました。なんだか今日は詩の気分・・・(*~*)
「ことばの音楽」のような詩の世界にひたり、心豊かなひとときを楽しんでみませんか？

雑誌リサイクルデー

保存期間の過ぎた雑誌を差し上げます。
お楽しみに☆彡
日時：10月14日(木) 午前9時30分～

毎月23日はおはなしのへや

午後3時から30分程度、絵本や紙芝居の読み聞かせを行っています。0歳から参加でき、申し込みは不要です。
親子でお気軽においでください♪



No.354
市立図書館 ☎ 72-9254
ホームページ
https://www.city.makurazaki.lg.jp/site/library/
★開館時間 9:30～18:00

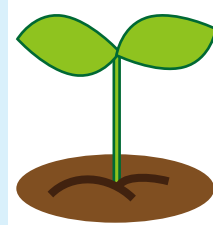
カレンダー 10月10日～11月9日

日	月	火	水	木	金	土
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9				

- 休館日 ☆ イベント
- おはなしのへや 午後3時～ (絵本と紙芝居の読み聞かせ)



- 活動内容 毎月、「広報まくらざき」をCDに音訳し、視覚障害の方へお届けしています。
- 今月の担当 中釜さん、濱田さん
- 会員募集中 問い合わせは図書館まで。



みんなで育てよう
男女共同参画の芽

Gender equality

このコーナーでは、男女共同参画社会の推進に向けて、男女共同参画に関するさまざまな情報を隔月で発信してきます。
今月は、「ワーク・ライフ・バランス」についてです。

ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)とは？

一人一人が、やりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて、多様な生き方が選択・実現できることです。

令和2年度に実施した男女共同参画に関する市民意識調査の中で、理想では男女とも「仕事」と「家庭生活」をともに優先すると答えた方が多かったのに対し、現実では、「仕事」を優先すると答えた男性が多く、特に30歳代から50歳代までの約半数が「仕事」を優先すると答えています。また、家庭内での役割分担については、家事が約7割、育児が約半数、介護が約3割「妻」が行っており、「夫と妻が分担する」は各項目2～3割となっています。

長時間勤務等を背景とした男性中心型労働慣行や職場における固定的性別役割分担意識が、男女双方の仕事・家庭生活等にさまざまな影響を及ぼしていることが考えられ、働き方の見直しが求められます。



ワーク・ライフ・バランスに取り組む企業のメリット

- 従業員の定着
- 人材の確保
- 従業員の満足度や仕事への意欲の向上
- 残業代などのコスト削減
- 生産性や売り上げの向上
- 企業イメージや評価の向上
- 従業員の心身の健康の保持増進

個人のワーク・ライフ・バランスの実現のためには、働く場としての企業の理解や取り組みの促進が欠かせません。ワーク・ライフ・バランスを進めることで、地域活動など仕事以外の場での経験が「仕事」に役立つ、「仕事」がうまくいくと「家庭生活」も明るくなるなど、良い影響を与え合い、暮らしが豊かになります。



防災一口メモ

いざという時のために



自然災害に備える⑦(台風について②)

今月は台風の発達についてお話しします。台風は、暖かい海面からの水蒸気をエネルギーに成長します。大量の水蒸気で中心気圧はぐんぐん下がりが、中心付近の風速も急激に強くなり、最大風速が最も強い時期を最盛期といいます。台風の強さは、33m/s以上44m/s未満を「強い」、44m/s以上54m/s未満を「非常に強い」、54m/s以上を「猛烈な」といった表現をします。台風は、北上するにつれて、中心付近の風速は弱まる傾向がありますが、強い風の範囲は広がる可能性があります。台風から自分の命を守るために、危険を感じたら早めの避難行動を行い、身の安全を確保してください。

問合せ 総務課危機管理対策係 TEL76-1086

環境・ごみ減量・動物愛護などに関する情報を発信するコーナーです。

今月のテーマ

10月は3R推進月間および食品ロス削減月間です

3Rは限りある資源やエネルギーを有効活用し、環境への負荷を軽減する「循環型社会」実現のためのキーワードです。Reduce(リデュース)、Reuse(リユース)、Recycle(リサイクル)を心がけましょう。

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨ててしまわれている食品のことで、日本では年間600万トン以上の食品ロスが発生しています。食品ロスを削減するために、食材は残さず使い切る、料理は残さず食べ切るようにしましょう。



問合せ 市民生活課環境整備係 TEL76-1097

健康ちゃんねる

健康センター
TEL 72-7176

インフルエンザを予防しましょう



- 新型コロナウイルス感染症が流行する中、インフルエンザやかぜの予防も重要です。38度以上の発熱、頭痛、全身倦怠感、関節痛・筋肉痛などが突然現れ、咳、鼻水などの上気道の炎症がこれに続き、約1週間の経過で軽快するのが典型的なインフルエンザで、高齢の方や慢性疾患を持つ方は、肺炎を伴うなど重症化する可能性があります。
- 予防する有効な方法**
- ① 流行前のワクチン接種
ワクチン接種で感染を完全に阻止することはできませんが、インフルエンザの発病を予防することや、発病後の重症化や死亡を予防することに一定の効果があるとされ、高齢者では34%、55%の発病を阻止し、82%の死亡を阻止する効果があったと報告されています。
 - ② 手洗いやアルコール製剤による手指衛生
手洗いで付着したウイルスを洗い落とすことや、アルコール製剤による手指の消毒もインフルエンザを予防する有効な方法です。
 - ③ 感染を広げないための「咳エチケット」
インフルエンザは、主に咳やくしゃみの際に口から発生する小さな水滴(飛沫)によって感染します(飛沫感染)。マスクを着用し、他の人に向けて咳やくしゃみをしたことを心がけましょう。
 - ④ バランスのよい食事と、十分な休養をとり、疲労を避けましょう。
 - ⑤ 室内の湿度を50～60%に保ちましょう。
- インフルエンザ予防接種費用の一部助成があります**
- 65歳以上の方と、60歳以上65歳未満で心臓、腎臓または呼吸器の機能が自己の身の周辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方およびヒト免疫不全ウイルスにより、免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方は定期接種として、生後6カ月から小学2年生までのお子さん、妊娠中の方は任意接種として、インフルエンザ予防接種の費用の一部助成があります。対象者には予防接種が郵送されていますので、希望される方は予約して接種してください。