

新着本紹介

●一般書 ○児童書



- 涯しない影に／赤川 次郎 (著)／KADOKAWA
- 生成AI時代の国語力／齋藤 孝(著)／KADOKAWA
- あなたに／谷川 俊太郎(詩)／ザ・キャビンカンパニー(絵)／世界文化社



- くろくんとすてきな おえかき(絵本・こどものひろば)／なかや みわ(さく・え)／童心社
- モンスター・ホテルでリサイクル／柏葉 幸子(作)／高島 純(絵)／小峰書店
- かぜ(空となかよくなる天気の写真えほん)／荒木 健太郎(文・写真・絵)／金の星社

令和8年度の雑誌オーナーをご紹介します！

下記の雑誌については、雑誌オーナー様が購入してくださっています。

有限会社 カネタマル様

- ・オレンジページ
- ・きょうの料理

有限会社 まちの湯ひとつ風呂様

- ・きょうの健康
- 株式会社 深水様

- ・男の隠れ家
- ・日経PC21

手をつなぐ育成会様

- ・手をつなぐ
- 図書館利用者様

- ・MOE
- ・kodomoe

図書館利用者様

- ・婦人之友
- ・明日の友

図書館利用者様

- ・中央公論

ありがとうございました

七夕絵本展

期間：6月20日(土)～7月7日(火)

2階閲覧室に七夕や星に関する本を展示します。

梅雨の季節になりました。

雨の日は、雨の日の楽しみを図書館で探してみませんか？

素敵な本との出会いがあるかもしれません。ぜひ図書館へいらしてください。お待ちしています。



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

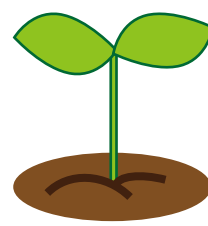
カレンダー 6月10日～7月9日

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	1	2	3	4
5	6	7	8	9		

- 休館日
- 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 揚野さん、松田さん
- 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いきます。

今回は、「あらゆる分野における男女共同参画」についてです。

地域全体で男女共同参画を進めるために

本市の審議会等における女性委員の割合は、傾向としては右肩上がりで推移しているものの、県内市平均と比較すると低い状況です(図1)。

また、本市の自治会組織における女性代表者はほとんどおらず、他市町村の平均と大きく差が開いている状況です(図2)。

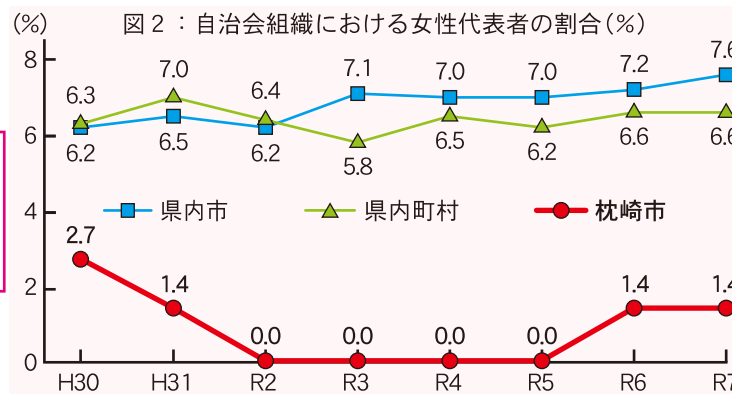
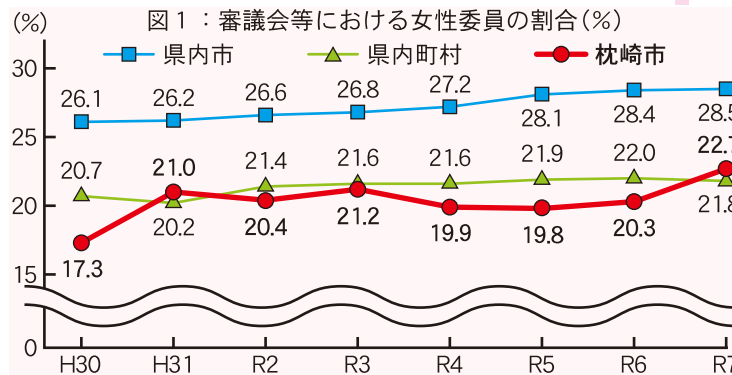
地域社会のあらゆる分野で、全ての人が対等な構成員として方針の立案および決定の場に参画することは、男女共同参画社会における重要な課題です。

「男女共同参画基礎講座」を開催

毎年6月から7月にかけて、男女共同参画の基礎知識や地域社会でジェンダー平等を進めるための手法などを学ぶ講座が計4回開催されます。市役所でもオンライン会場を開設しています。

男女共同参画週間

6月23日～29日は、男女共同参画週間です。性別に関わりなく、全ての人が、あらゆる場所でそれぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、誰もが男女共同参画を自分ごととして考えることが大切です。この機会に、職場、学校、地域、家庭など、身近なところから意識してみませんか。



防災掲示板



梅雨入り前に知る「土砂災害の前兆」

本市は梅雨入りが早く、6月は土砂災害のリスクが高まります。土砂災害には前兆があり、「斜面から水が湧き出す」「地面に亀裂が入る」「小石が転がり落ちる」「木が傾く」「異様な音がする」などが代表例です。これらを見かけたら、すぐにその場を離れ、周囲にも注意を呼びかけてください。また、各種気象警報が発表された場合は、早めの避難が重要です。夜間の大雨は視界が悪く、避難が遅れがちです。梅雨入り前に、自宅周辺の危険箇所をハザードマップで確認し、避難行動を家族で話し合っておきましょう。

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

6月は環境月間です。



日本では、環境庁の主唱により、平成3年度から6月の1カ月間を「環境月間」とし、全国でさまざまな行事が行われています。また、6月5日は「環境の日」です。これは、1972年6月5日にストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたものです。世界各国でも、この日に環境保全の重要性を認識し、行動の契機とするためさまざまな行事が行われています。

皆さんもこの機会に、日頃よりも環境にやさしい暮らしを心がけましょう。



問合せ 市民生活課環境整備係 TEL76-1097

カラダとココロ

健康づくり、生活習慣病予防、介護予防等に関する情報をお知らせします。

タバコよ、サヨウナラ

5月31日は「世界禁煙デー」。厚生労働省においても、世界禁煙デーに始まる1週間を「禁煙週間」として定め、各種の施策を講じています。健康のためには、たばこを吸わないことが最も望ましいのですが、長年タバコをたしなんでいた方にとって、禁煙は高いハードルに感じるかもしれません。しかし、禁煙に「遅すぎる」ことはありません。禁煙で失うものは何もありません。禁煙で得られる良いことを想像しましょう。

禁煙を始めたその日から、あなたの体にはさまざまな変化が始まります。

■タバコをやめて起こる変化

20分～8時間後 心拍数、血圧、血中一酸化炭素濃度が正常化し、酸素不足が解消される。

24時間～48時間後 心筋梗塞のリスクが低下し始め、味覚・嗅覚が鋭敏になる。

1週間後 肌の状態が改善し1カ月程度で実感、肌のツヤが戻る。

1～9カ月後 咳や喘鳴(ぜんめい)が改善し、息切れしにくくなる。

1年後 肺機能が大きく改善し、病気にかかりにくくなる。

2～4年後 虚血性心疾患(心筋梗塞など)や脳梗塞のリスクが大幅に低下する。

10年後 肺がんによる死亡リスクが喫煙者の半分になる。

一時的に起こる症状(離脱症状)として禁煙開始から3～4日をピークに、イライラ、集中力低下、眠気、便秘、食欲増加などが現れますが、これは2～3週間で消失します。

その他、タバコ代が浮く(経済的余裕)、周囲への受動喫煙がなくなる、ニコチンへの依存から解放され、吸えないイライラがなくなる(精神的安定)などメリットはたくさんあります。

禁煙は1週間が山場です。医療機関の禁煙外来を利用することも効果的です。

禁煙は、自分自身の体を守るだけでなく、大切な家族や友人を「受動喫煙」から守ることもつながります。「まずは1日だけ」からでも大丈夫。きれいな空気が、あなたと大切な人の未来を変えていきます。

乳幼児・母子の相談 育児相談 TEL72-7176(健康センター内)

広報まくらざき 2026.6