

新着本紹介

●一般書 ○児童書



●金波銀波／澤田 瞳子(著)／中央公論新社

●昭和のくらしはこんなだった／小泉 和子(著)／平凡社

●魔心／五十嵐 貴久(著)／幻冬舎



○ヘンゼルとグレーテル／グリム(原作)／ステイーヴン・キング(文)／モーリス・センダック(絵)／穂村 弘(訳)／NHK出版

○しょくどう／はらぺこめがね(作)／偕成社

○ぼくのとなりにマヤがいた／久保田 里花(作)／松本春野(絵)／理論社

イベント

「かくれている〇〇をさがせ！」開催中！
2階閲覧室にわくワーククラブの仲間が考えたキャラクターがかくれているよ♪
探してみてね★

「ハトの日 かしま2026」掠嶋十 本展

「ハトの日 かしま」は掠嶋十の生誕120年を記念して2025年から始まった、読書と芸術・文化の楽しいお祭りです。

市立図書館では2階閲覧室に本の展示をします。

期間 8月30日(日)まで

読書感想文を書く題材の参考にもどうぞ

平和へのメッセージを募集します。

市立図書館では、これまで市内の小・中学校を対象に、松井エイコ氏による平和に関する出前授業を実施してきました。

今年は、11月23日開催の「ふれあい図書館まつり」にて、松井エイコ氏を講師にお迎えし、「平和について考える講演会」を開催します。これにあわせて、皆さんから「平和へのメッセージ」を募集します。

図書館1階・2階に設置しているコーナーに、メッセージカードを用意しています。皆さんの平和への願いや、大切にしたい思いを書いていただき、図書館1階エントランスに設置したツリーに飾ってください。

皆さんから寄せていただいたメッセージは、ふれあい図書館まつり当日にも展示します。たくさんのご参加をお待ちしています。
募集期間 11月20日(金)まで



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 8月10日～9月9日

日	月	火	水	木	金	土
	8月					
	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	9月	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)

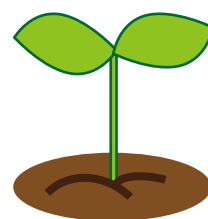


音訳ボランティア
「ひだまり」について

●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 新屋敷さん、久木田さん

●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。

今月は、「男女共同参画の視点から考える防災対策」についてです。

8月は水害や土砂災害への警戒が強まる時期です。被災時に受ける影響は、性別や年齢、家族構成によって異なります。誰の不安も見落とさない地域づくりのために、多様な視点を取り入れた防災対策について考えてみましょう。

○枕崎市の状況について

市では、災害時のあらゆるニーズに応えるために次のようなものを備えています。防災備蓄は各家庭で最低3日分は確保しましょう。

乳幼児用品

粉ミルク
哺乳瓶
紙おむつ(乳幼児用)
おしりふき

介護用品

介護食
簡易トイレ
紙おむつ(大人用)
おしりふき

女性用品・その他

生理用ナプキン パーティション
防犯ブザー 段ボールベッド
中身の見えないゴミ袋(生理用品・おむつ用等)

○一人一人の意識で変わる防災力

地域防災は行政だけでなく、市民一人一人の参加が重要です。

家庭の防災チェック

非常持ち出し品に生理用品・乳児用品など、家族構成に応じた備えが必要です。

地域の防災訓練への参加

多様な立場の人が参加することで、見落とされがちな課題が見えてきます。

地域の困りごとを自分ごととして捉える

家庭によって異なる問題を、地域でお互いに支え合う気持ちが防災力の向上に繋がります。

○安心・安全な地域を実現するために

男女共同参画の視点を取り入れた防災は、特別なものではなく、「誰もが安心して暮らせる地域づくり」そのものです。

あなたの声や参加が、地域の防災力を高める大きな力になります。

防災掲示板

台風前の家庭での備え

台風が大型化し、暴風や長時間の停電が起こりやすくなっています。停電時に困るのは、冷蔵庫・通信・照明の3つです。冷蔵庫は開閉を減らすことで保冷時間が伸びます。また保冷剤や凍らせたペットボトルが役立ちます。スマートフォンは早めに充電し、モバイルバッテリーを複数準備しておくことで安心です。夜間の停電に備えて、懐中電灯やランタンを手の届く場所に置きましょう。台風は事前に備えることができます。進路情報をこまめに確認し、早めの準備で被害を

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

水の日・水の週間



「健全な水循環」
ロゴマーク

「水の日」および「水の週間」は、昭和52年の閣議了解により政府が定めたものです。年間を通じて水の使用量が多く、水についての関心が高まる時期である8月の初日を「水の日」(8月1日)とし、この日を初日とする一週間(8月1日～7日)を「水の週間」としています。日頃から節水を心掛けるとともに、油や食べ残しなどを排水口へ流さないなど、水質保全への配慮も重要です。水の大切さについて改めて考え、持続可能な水利用に取り組みましょう。

問合せ 市民生活課環境整備係 TEL76-1097

カラダと こころ

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。

暑さに負けない！ 夏の健康習慣

暑い日が続く夏は、熱中症や夏バテなど、体調を崩しやすい時期です。特に高齢者は暑さやのどの渇きを感じにくく、知らないうちに脱水が進んでしまうこともあります。こどもから大人まで、誰でも熱中症になる可能性があります。日頃からの予防が大切です。

○こまめな水分補給と暑さ対策を

熱中症予防の基本は、「こまめな水分補給」と「暑さを避けること」です。のどが渇いてからではなく、渇きを感じる前から少しずつ水分をとるよう心がけましょう。時間を決めてこまめに水分補給をすることがおすすめです。大量に汗をかいたときは、水分だけでなく塩分も適度に補給することが大切です。また、室内でも熱中症は起こります。暑さを我慢せず、エアコンや扇風機を上手に活用し、室温

を快適に保ちましょう。室温の目安は28℃以下、湿度は50～60%です。
○食事と運動で夏バテとフレイル予防を
夏は食欲が落ちやすい時期ですが、冷たい麺類だけで済ませると栄養が偏り、体力が低下しやすいです。肉や魚、卵、大豆製品などのたんぱく質や、野菜・果物を取り入れ、栄養バランスのよい食事を心がけましょう。また、暑さで外出を控えると筋力や体力が低下しやすくなります。涼しい時間帯の散歩や、自宅でのストレッチなど、無理のない範囲で体を動かすことも健康維持につながります。
○十分な休養で元気に夏を過ごす
暑さによる疲れをためないためには、十分な睡眠と休養も大切です。体調がすぐれない時は無理をせず、早めに休養をとりましょう。

毎日のちょっとした心がけが、夏を元気に過ごすための第一歩です。水分補給、栄養、適度な運動、十分な休養を意識し、暑さに負けない健康的な夏を過ごしましょう。
■問合せ 健康センター TEL 7217176

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 2026.8