

### 児童館

Children's Museum

Tel:0568-37-4926 9:00～11:40/13:00～18:00 月曜日定休(乳幼児 15:00まで 小学生 17:00まで 中学生 18:00まで)

[月曜が休日の場合は、その直後の休日でない日が休館日となります]

#### 骨盤ベルト体操 ～ママのためのリフレッシュ講座～

お母さんの良い姿勢は、みんなの元気に繋がります。一人でやる運動も良いですが、みんなでやる運動は何かいつもがなげられます。



講師の先生の紹介 武藤 加奈江 氏

私がこの仕事を始めたのは、次男が1歳になった時にぎっくり腰になったことがきっかけでした。その中で施術を受けるだけでなく「睡眠・栄養・運動」が大切だということを知りました。一人でも多くの子育て中のお母さんの心も体も軽くするお手伝いができたらなと児童館の講座を担当しています。

次回講座:9月10日開催です。

#### 8月のイベント予定

- 3日(火) 小学生「グルッポEnglish」
- 7日(土) ボードゲームであそぼう会
- 8日(日) 乳児栄養教室「なるほど離乳食」
- 9日(月) 小学生「プラ板工作」
- 21日(土) 中学生「ギター教室」
- 22日(日) 小学生「図工教室」
- 24日(火)

★事前の申し込みが必要です。児童館までお問い合わせください。



#### 夏休み小学生クイズ その①

○、×クイズ 右の四角に答えをかくてね。

- ①ゴミをへらすとりくみを3Rという
- ②日本人は、ひとり、1日約200gのごみをだしている。
- ③海に浮かぶゴミは、プラスチックが一番多い。

★答えを書いて児童館に持ってきてね。(8月1日からお菓子プレゼント。なくなり次第終了)

答え	
①	
②	
③	



夏休みの火・木・土 13:00～15:00 は、「小学生の遊びの広場」だよ！いつもとは違う工作や遊びもして楽しい夏休みにしよう☆

中学生も、プラ板やスノードーム、バスケ教室など、やってみようと思ったら企画するので提案してね！

### 図書館

Library

Tel:0568-37-4924 9:00～18:00(学習室～20:00) 月曜日定休

[月曜が休日の場合は、その直後の休日でない日が休館日となります]

#### 夏の風物詩「怪談」



広辞苑で『怪談』という言葉をしらべてみると

「ばけものに関する話。妖怪・幽霊・鬼・狐・狸などについての迷信的な口碑・伝説・・・」

とあります。日本古来のお話であれば『四谷怪談』『皿屋敷』『牡丹燈籠』があり

これらは「日本三大怪談」に数えられることも多く、皆さんがよくご存じの背筋も

凍るおはなし。人を「だましたり」「裏切ったり」…。人としての道はずれると、

こんなにも恐ろしい目にあうのだと、怪談から道徳を学んだものです。

昨今、YouTube動画で『うそか、本当か…』と想像を掻き立てる『恐怖体験動画』が、老若男女に人気と聞きます

が、『命の尊さ』や『家族愛』『友情の大切さ』など怪談から「道徳」を感じていただきたい『8月』です。



#### ～そんな8月に 図書館員から おすすめの 怖いお話の本～

悪い本 怪談えほん(シリーズ) 著者 宮部みゆき/作 岩崎書店出版 請求記号 E/イウ/11-29 1階児童室

祭火小夜の後悔 著者 秋竹サラダ/著 KADOKAWA出版 請求記号 F/アキ/18 2階ティーンズ室

貸出中の場合は、予約ができるぞよ



### こどもとまちのサポートセンター (こまちセンター)

Children & Town Support centre

Tel:0568-37-2933 お気軽にお電話ください。



こどもとまちのサポートセンター

#### 本を旅させる「ブッククロッシング」

「ブッククロッシング」は、グルッポふじとう開所当初から月1回開催され、本好きの方々に楽しんでもらっています。読み終えた本を1冊持ってきてもらえば、1冊好きな本と交換しています。開催しているのは、年間に読む本が約300冊というほどの本好き、岩成台在住の榊原英美加(えみか)さんです。榊原さんにお話を聞きました。

BookCrossingとは？それは一言でいうと街中どこでも図書館にしまわうような活動です。誰かの本がまた他の誰かに渡っていくための場所でもあります。本部がアメリカにある慈善活動です。活動を支えるサイトでは 現在約200万人のブックロッサー と 約1400万冊の本 が 132国を旅しています。日本ではまだまだマイナーな活動ですが、世界中で行われているので、ぜひInstagram等 [#bookcrossing]で検索してみてください。グルッポふじとうで開催される活動は、難しい登録もなく無料で参加することができますよ。だから本を棚に寝かせたまなんてことはしないで 読んだ後、次に読んでくださる誰かに渡してみませんか？

好評につき、8月からは月2回の開催になります。

#### Book crossing 8月は5日(木)・19日(木)

毎月第1・第3木曜日10:00～13:00 1階たまりばルームにて開催。

スタッフ募集

#### ★保育士・児童指導員(常勤職員、パート職員)募集★

内容:発達に心配・不安のある子ども達(0歳～高校生)の支援。 時間:9:00～18:00(常勤8時間、パート4時間以上シフト制) 資格:保育士、教員免許(小学校または中学校)、社会福祉士、介護福祉士、介護職員初任者研修済、児童福祉施設または障害福祉施設従事経験者など。(資格・経験が無くても、興味がありましたら一度ご相談ください。) 賃金:資格、経験に応じます。 お問い合わせ先:こどもとまちのサポートセンター(まちのエキスパネット)Tel:0568-37-2933



### 地域包括支援センター 藤山台・岩成台

Comprehensive community support centre

Tel:0568-92-7600 9:00～17:45 土・日曜日祝日定休

#### 時間の合間に運動を取り入れてみましょう。

暑い日が続くと外に出る機会が減ってしまいますね。今回も自宅出来る簡単なトレーニングを紹介します。時間の合間やテレビを見ながら行って下さい。

##### 大胸筋のトレーニング

- ①両手の手のひらを腕の前で組み全力で押し合います。
- ②10秒間を3セット行います。



##### 僧帽筋のトレーニング

- ①写真の姿勢を取り、手をそのままゆっくり引き上げます。
- ②肘が離れないようにこの動作を5回～10回行います。



#### 熱中症に気を付けましょう。

毎年熱中症患者の約半数は高齢者です。熱中症予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です。以下の点に注意して下さい。

- ①エアコンや扇風機を活用する。 ※その際、風が直接体に当たらないように注意してください。
- ②こまめな水分補給。特に高齢者は加齢により喉の渇きに対する感覚が鈍くなります。のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給を行きましょう。
- ③室内に温度計を設置し部屋の温度が上がりにすぎないか確認してください。熱中症予防を行い、適度に運動を取り入れ元気に夏を乗り切りましょう。

#### 最寄りの地域包括支援センター(中学校区単位で設置)

- 坂下 0568-93-1314 春日井市神屋町1306-1
- 高森台・石尾台 0568-88-5829 春日井市廻間町703-1
- 高蔵寺 0568-37-0780 春日井市出川町2-8-10