

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに活動する平戸市食生活改善推進員を紹介! ③

## わたしたち「食生活改善推進員」です!



### 田平支部「つばき会」

- 活動/学習会 年4回  
その他 地区伝達活動など
- 活動場所/田平地区
- 会員数/17人

つばき会は会員17人で活動しています。子どもたちへ朝食の大切さや郷土料理を伝える活動や高齢者の低栄養予防のほか、地域のイベントに参加し食改のPR活動を行っています。

活動場所も学校やPTA、地区女性部、児童施設、老人会など多岐にわたります。さまざまな健康情報や料理など1人でも多くの皆さんに伝えたいと思いますので、つばき会の活動に興味がありましたらぜひお声掛けください。



学習会の様子

## 「古写真」から見る平戸の記憶遺産 vol.17

問 文化交流課文化遺産班 ☎22-9143

### 「宮の浦から見た全景」

右上の写真は、昭和27年ごろの宮の浦の風景です。このころから、次第に港の整備がはじめられます。海岸部に家屋が集中しており、周囲を田畑に囲まれている様子を見て取ることができます。地形も含めて現在の様子と大きく違うことがわかつていきます。

写真の左側の志々伎神社沖の宮は、陸続きとなっています。かつては、対岸から遥拝するための石灯籠があったということですが、現在は埋め立てられています。

#### 古い写真を探しています

平戸の懐かしい風景を後世に伝えるため、昭和40年代以前の古い写真を探しています。

古写真をお持ちの人は、ぜひ、文化交流課までご連絡ください。



昭和27年ごろの宮の浦の風景



現在の宮の浦の風景

### 「免疫力をあげる 最強の食事術」

監修/白澤 卓二  
出版社/宝島社

私たちの健康生活の中で、ここぞ高めたいのが免疫力。新型コロナウイルスにも負けない摂取したい栄養素と食べ方について、予防医学の専門家が推奨する食事法を詳しく解説しています。



### 「さだの辞書」

著/さだ まさし  
出版社/岩波書店

家族・故郷、友や恩人、歴史や土地、本・音楽・映画などをテーマに、ときには爆笑、ときには涙の25話の小断を楽しむことができます。ユーモアのある温かな文体のさだワールド、長崎人はおさえておきたい1冊です。



おすすめの新刊

本は、市内の図書館・図書室どこでも貸出・返却できます。

# 図書館へ行こう

そうだ

### 「きょうまどから ふくかぜは」

文/谷口 國博  
写真/高砂 淳二  
出版社/世界文化ワンダーランド  
クリエイト

「今日、窓を開けてみる。そこには、見えないけれど『流れる風』の存在がある。この絵本を通じて、子どもたちにたくさんの想像力を働かせて、その風を感じてほしい」という想いが込められたメッセージ写真絵本です。



### 「十年屋 4 ときどき謎解きいたします」

作/廣嶋 玲子  
絵/佐竹 美穂  
出版社/静山社

ぜったいに手放したくない大切なものやかくしたいものを10年間、魔法で預かる不思議なお店「十年屋」。そこには、魔法使いと執事猫のカラシがいて、心あたたまる物語です。



### 「わたしたちのカメムシずかん ~やっかいものが宝ものになった話~ (たくさんのふしぎ傑作集)」

文/鈴木 海花  
絵/はた こうしろう  
出版社/福音館書店

へんなにおいを出して臭い印象のカメムシ。校長先生の一言から子どもたちはその生態を調べることに…。最新の研究に基づきカメムシをわかりやすく紹介した、実話がもとになった児童書です。



### 「徹底活用! バランスボール大全」

監修/菅原 順二  
出版社/成美堂出版

自宅気軽にできるトレーニングアイテムとして定着してきたバランスボール。単純にみえて、実は幅広いエクササイズが可能! 基本的な運動から応用まで、125種の動きを紹介しています。バランス運動、はじめてみませんか。



### 図書館のイベント情報

会場	主なイベント	開催時間
平戸図書館	おはなし会 (おはなしのへや)	毎週日曜 午後2時~
	赤ちゃんおはなし会 (おはなしのへや)	12日(水)・26日(水) 午前10時30分~
	「みんなdeシネマ」(COLAS平戸ホール) 『皇帝ペンギンただいま』(85分)	8日(土)・27日(木) 午後2時~
	ライブラリーコンサート (平戸図書館) ■今月はカマレレ&井元健人さんによる ウクレレ&ギター&歌の演奏(予定)です。 ※予定は変更になることがあります。	29日(土) 午後7時~
永田記念図書館	おはなし会 (永田記念図書館) ※随時変更することがあります。	毎週土曜 午後2時~

今月の休館日 永田記念図書館: 4日(火)・11日(火)・18日(火)・25日(火)・30日(日)

### 各図書館・図書室連絡先

- 平戸図書館 ☎22-4017
- 永田記念図書館 ☎22-9182
- 南部公民館図書室 ☎22-9191
- 生月図書室 ☎22-9202
- 田平町中央公民館図書室 ☎22-9211
- 大島村公民館図書室 ☎55-2511

### 図書館ホームページ

<http://www.hirado-lib.jp>  
携帯電話からQRコードを読み込んで簡単にアクセスできます。

