

図書館へ行こう!

淡窓図書館 ☎2497

新刊紹介

ニュートン超図解新書シリーズ
最強に面白い化学
桜井 弘/監修
高森 康雄/発行人
株式会社ニュートンプレス/発行所



毎日使うスマートフォンからコンビニのレジ袋、医薬品まで、生活の中で利用する多くのものが、化学の知識を元に生み出されており、私たちの生活は化学がなければ成り立たない。そんなさまざまな現象にかかわる化学をわかりやすく紹介する。

えいごのおはなし会

3月7日(土) 午前11時から

おいでよ!おはなし会

3月14日(土) 午後3時から

28日(土) 午前11時から

開館時間(日曜日、祝日は午後6時まで)
午前9時~午後7時

休館日(休日と重なる場合は翌平日)
毎週月曜日、第4木曜日、12月29日~1月4日



令和8年度こども司書講座受講生募集!

図書館の仕事や本について楽しく学んでみませんか。

- ◆期間 5月~11月(8月は除く)
 - ◆講座回数 全6回+窓口実習1回(予定)
 - ◆対象 小学校新4年生~新6年生の児童
 - ◆募集数 10人(応募多数の場合は抽選)
 - ◆受付期間 3月24日(火)~29日(日)
 - ◆申込方法 申込書を図書館の窓口へ提出
- ※体調不良や急用等を除き、基本的に全講座を受講できるかを確認した上で、お申し込みください。

児童書の寄贈

日田商工会議所女性会から、大型絵本を含む児童書78冊が寄贈されました。昭和54年から続く寄贈は、累計5,809冊となりました。



咸宜園教育研究センターだより



「咸宜園教育研究センター・世界遺産推進室」では、咸宜園や廣瀬淡窓、門下生等に関する調査研究を行っています。研究成果は、関連資料の展示や研究紀要を刊行するなどして公開しています。また、「近世日本の教育遺産群」の世界文化遺産登録に向けて取り組んでおり、各種公開講座を実施しています。

春季企画展「諫山菽邨と日田養育館」 4月14日(火)まで

咸宜園の門下生で、9代塾主を務めた「諫山菽邨」と、彼が設立・運営に尽力した「日田養育館」を紹介する春季企画展を開催しています。

菽邨は文政8年(1825)、廣瀬淡窓の最初の門下生である諫山安民(あんみん・やすたみ)の子として生まれ、父と同じく咸宜園で学んだ後に、医学を修めて日田で開業します。

医者として活躍する一方、経済的な理由等で捨て子が行われる現状に心を痛めた菽邨は、日田県知事「松方正義」に進言。そして、豆田町や隈町の商家を中心に地域の人々の協力を得て、子どもたちを受け入れ養育する施設「日田養育館」を設立しました。この取り組みは、近代日本で最初の児童養護施設として全国に知られています。

▼諫山菽邨肖像画(咸宜園寫真帖から転載)



日田養育館趾碑▼



▲養育館 扁額(部分) 日田市蔵

咸宜園を世界遺産に!

咸宜園教育研究センター・世界遺産推進室
【入館無料】淡窓2丁目2番18号 ☎24268
開館時間: 午前9時~午後5時 3月は全日開館
史跡咸宜園跡 受付時間: 午前10時~午後4時



健康いちばん

3月は自殺対策強化月間です

眠れない夜が続くとき、こころと体のSOSかもしれません

☎健康保険課健康支援係 ☎243000(ウェルピア)

季節の変わり目は、生活環境の変化や疲れが重なりやすい時期です。眠れない・途中で目が覚める・朝早く起きてしまうなど、睡眠の乱れが続くと不安や落ち込みが強まり、考え方が悲観的になりやすくなります。一人で抱えず、早めに相談してみませんか。

☑こんな時は相談のサイン

- ☐ 2週間以上寝つけない、途中で起きる、早朝に目が覚める
- ☐ 寝ても疲れが取れず、日中がづらい
- ☐ 夜になると、不安やさみしさが強くなる
- ☐ お酒や市販の睡眠薬に頼る日が増えた
- ☐ 「消えたい」「いなくなりたい」気持ちが浮かぶことがある

今夜からできる やさしい睡眠ケア

- 起きる時間をだいたい一定にする
- 朝の光を浴びる(カーテンを開けるだけでも効果的)
- 夕方以降のカフェイン摂取を控える
- 寝る前のスマートフォンは短めにする
- 20分以上眠れないときは一度寝床を出て、暗めの場所で静かに過ごす(深呼吸、軽いストレッチ、温かい飲み物を飲むなどが効果的です)

※飲酒は眠りが浅くなりやすく、翌日にも影響します。連日続くときは要注意!

電話や来所による相談ができます。
あなたのこころの悩みを話してみませんか。

- ・健康保険課(ウェルピア) ☎243000 FAX240321
- ・大分県西部保健所地域保健課 ☎233133

詳細▶



手話で話そう

今月の手話④ 「好きな食べ物は何？」

今回の紹介者は、監査委員事務局の職員です。

この手話は、「食べる」「好き」「何?」という順番で表現します。

動画も公開しています。
一緒にやってみましょう!



食べる	好き	何?
手の平を上に向けた左手から、右手2指を口へ運びます。	のどに向けた右手2指を、前斜め下へ引きながら閉じます。	右手の人差し指を立て、左右に振ります。

※手話表現は、地域や年代で多少異なる場合があります。

☎福祉支援課障害福祉係 ☎248290(市役所1階)