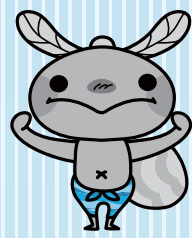


# 『さ吉くんで元気!!健康セミナー』を開催しました



1月18日(金)、国東市と大分県信用組合の包括連携協定に基づき市民の皆さまの健康寿命の延伸を目的とした『さ吉くんで元気!!健康セミナー』が、武蔵保健福祉センターで開催されました。

今回は、大分県東部保健所 内田勝彦所長から「健康寿命の延伸について」の講話と国東市出身の大分大学医学部 消化器・小児外科学講座の猪股雅史教授による「今からできる!健康長寿につながる生活習慣3か条」の講演がありました。猪股教授は、生活習慣病予防3か条として「『減塩-3g』、『野菜摂取350g』、『歩数+1500歩』」の必要性を説き、来場した280名の方達は、熱心に耳を傾けていました。



参加された皆さんの様子



内田所長講話



猪股教授講演会

## 図書館だより

どくしょがいちばん!

問合せ先

国見図書館	☎0978-82-1585
くにさき図書館	☎0978-72-3500
武蔵図書館	☎0978-69-0946
安岐図書館	☎0978-67-3551

## 1月7日から休館しておりました武蔵図書館が開館します!

長い間ご迷惑をおかけしておりますが、館内はご利用できるようになりました。外装工事は引き続き行っており、もうしばらくご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

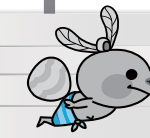
司書のイチオシ

『あしたもこはるびより。』 つばた 英子/つばた しゅういち著  
 毎日の慌ただしい日々には疲れていませんか?忙しい日々には追われ、見失いかけている大切なこと、これからの暮らしを少しでも豊かにするために、こんな二人のスローライフを参考にしてみてもはどうでしょう。  
 日々の暮らしをひとつひとつ丁寧に、大切に…。津端夫妻が紡ぐ歳時記に、ほっこり癒されてみませんか?

図書館に寄っちょくれ

Q. 修正鬼会には2種類の鬼が登場します。○鬼と○鬼でしょう?

答えは図書館で!



# まちの話題



## 12月25日 世界農業遺産の里「おおいた国東フェア」

世界農業遺産の里「おおいた国東フェア」が、福岡市庁舎ふれあい広場で開催されました。今回のフェアでは、国東半島アンテナショップ「クワトロヨッチ」で販売する冬のお薦め特産品と一緒に、国東高校双国校が商品開発した「赤鬼・青鬼バーガー」や「鬼おんちっぷす」を販売しました。生徒達は、商品を通じて国東の「鬼の文化」を大いにアピールしました。



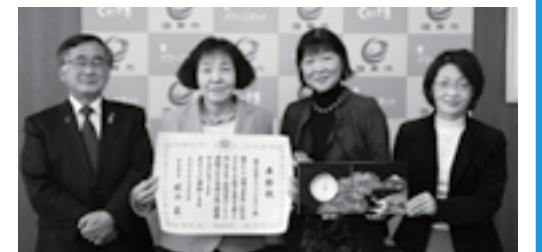
## 1月11日 わんこも見守りサポーター「わんわんパトロール隊」誕生

市内の愛犬家有志が「くにさき見守り隊『わんわんパトロール』」を結成し、アストくにさきで発足式を行いました。この会は、愛犬家が毎日散歩する中で、行方不明になった認知症高齢者の発見に協力することを目的としています。会員は、認知症高齢者への接し方を学んだ後、外に出て散歩中に認知症高齢者を発見した場合の対応方法などを学びました。



## 1月16日 親子読書グループひまわりが厚生労働大臣表彰を受賞

安岐町の「親子読書グループひまわり」の皆さんは、平成4年の結成以来、安岐図書館で読み聞かせを続けています。今回、その活動が認められ、平成30年度ボランティア功労者に対する厚生労働大臣表彰を受賞し、代表の荘司壽子さんが報告に訪れました。



## 1月19日 国東市三世代交流交通安全教室

大分県交通安全母の会国東支部が、安岐町の老人クラブや小学校に呼びかけ国東市三世代交流交通安全教室を、安岐総合支所で開催しました。今回の教室では、小学生は自転車の安全点検の方法を学び、高齢者は危険予想トレーニングを行いました。終了後は、国東市交通安全母の会による「ぜんざい」のお接待で疲れを癒していました。

