

市の保健師、栄養士、看護師などが、健康に関する情報をお届けするコーナーです。皆さんの元気と健康づくりにお役立てください。

## Health 元気応援だより



高松 香 主任看護師兼  
主任保健師

### 訪問看護師が お手伝い

☎元気の泉訪問看護ステーション ☎61-1553

みなさん、「訪問看護サービス」をご存知でしょうか？自宅などで安心して療養生活を送るためのサービスのひとつで、訪問看護ステーションの看護師が、主治医の指示のもと、療養生活を送っている人の家庭を訪問。胃ろうやストーマ管理などの医療処置や、健康状態や病状の確認、内服の管理、床ずれ防止の工夫や介護方法の指導、床ずれの手当てなどの看護ケアを提供するサービスです。

在宅療養に移行する人がここ数年増加していることから、「退院後の生活が不安」「早く家に帰りたい」という人やその家族に、主治医や病院の看護師、ケアマネージャーなどと連携し、退院後も安心して療養生活を送れるよう、在宅療養への移行をサポートしています。

病気や障がいがあっても、住み慣れた地域やご家庭で、その人らしく安心して療養生活を送れるように、訪問看護師がお手伝いいたします。

## Child 子育て支援センターだより

- 9月の行事予定
- 4(水) 赤ちゃんサロン 13:30~15:00  
対象は1歳3か月までの赤ちゃんとその保護者
  - 9(月) あそびの教室 終日  
対象児が決まっているため自由来所はできません
  - 11(水) うさこちゃんの部屋 11:00~
  - 13(金) ひよこ教室 10:30~11:30  
サンエールで運動あそびをします
  - 17(火) 小久慈保育園の園庭開放 9:30~11:00  
小久慈保育園に直接お集まりください
  - 26(木) 親子運動会 10:00~12:00  
会場はサンエール。先着60人で申し込みが必要

※25(水)の15:00~17:00と、26(木)の8:30~14:00はセンターの利用ができません。ご協力をお願いします。

### 利用案内 オススメの声

- 子育て支援センター  
(川崎町11-1) ☎52-3210
- 対象…未就学児と保護者
- 利用時間  
①月~金 8時30分~17時  
②土 8時30分~13時30分
- 休館日…土曜日の午後、日曜日、祝日
- 利用料…無料

赤ちゃんサロンが最初の利用。スタッフも利用者も声をかけてくれたのが印象的でした。今は週に1、2回利用しています。



石宇秀樹さん(左)  
幸恵さん(右)  
と長男の志音くん(夏井町)

## Books 図書館だより

### 《市立図書館》

### 「鳴く虫の科学」

高嶋清明/著 海野和男/監修 誠文堂新光社  
セミやコオロギなど、夏から秋に活動する昆虫の中で、「鳴く虫」と呼ばれる昆虫の生態と鳴く仕組み、その理由などを写真やイラストを用いて解説しています。

### 《山形図書館》

### 「岩手は今日も釣り日和」

村田 久/作 小学館  
一日一日が釣り日和。岩手在住の著者が東日本大震災で失ったものの大きさを胸に刻みつつも、川を歩き、山に入り、魚とやりとりする日々が綴られています。

### 《市立図書館 ☎53-4605》

- 開館時間…9時~19時(土日は17時まで)
- 9月の休館日…2(月)、9(月)、17(火)、24(火)、30(日)
- 「震災や防災に関する本」展…8月31日(土)~9月23日(月)まで。防災に役立つ本の展示・貸出。
- 図書館映画会…14(土)①10時30分②14時30分
- チビッコの部屋…①14(土)②28(土)14時~
- ブックスタート(会場:元気の泉)…19(日)①4~5カ月児10時30分~②6カ月児13時30分~

### 《山形図書館 ☎72-3711》

- 開館時間…10時~18時
- 9月の休館日…2(月)、9(月)、16(月)、17(火)、23(日)、24(火)、30(日)
- 企画展「ドラマ・映画の原作本」…3(火)~29(日)まで

## きらり human 輝く

### 新人演奏会にバリトン独唱で出演

## 目標は音楽家と指導者 自分の楽器で音楽の架け橋に—

### 会場との一体感は最高

「コンサートが成功した時は会場の雰囲気で分かります。ステージで会場との一体感を感ぜられた時は最高ですね」。楽しそうに話すのは田村洋貴さん。今春、昭和音楽大学を首席で卒業後、大学院に進学。5月には「プロへの登竜門」とも言われる第83回新人演奏会(読売新聞社主催)にバリトン独唱で出演しました。6月、同大学のホールで初の有料公演を行い、音楽を相手に届けようと気持ちを込め

### 世界に「一つだけの楽器

田村さんが音楽の道を志したきっかけは、夏井中3年の文化祭で先生に薦められて行った独唱。自分に向いていると感じた田村さんは、久慈高校に入学前の春休みから、音楽部に入り込んで練習に参加するほどの熱心ぶりでした。「中学から大学までの間、良



真っすぐなまなざしで前を見据える田村さん

## 田村 洋貴 さん (夏井町・22歳)

### Profile

音楽好きの両親と、妹・弟の5人家族。性格は「面倒くさいくらい繊細」と自己分析。趣味は映画鑑賞で、週4本程度見るとのこと。



アンバーホールの前で笑顔を見せる田村さん

## MY ★ Life ☎Kuji

### クリストファー・メルガーさん



### はじめまして。クリスです。

はじめまして。私はアメリカのアリゾナから来ました。日本に来るのは初めてです。アリゾナは砂漠で雨がほとんど降らず、乾燥していて一年中暖かいです。久慈とはまったく違う気候ですが、すぐ慣れると思います。また、異なる環境で多くのことを学べると考えています。

久慈に来てまだ日が浅いですが、すでにお祭りに行きました。久慈には魅力的なことがたくさんあるので、いろいろなことに挑戦したいです。早く市民の一員になり、アメリカの文化を分かち合いながら、英語のお手伝いもしたいです。よろしくお願いします。

クリストファー・メルガーさんは8月5日に着任した新しいALT(外国語指導助手)。愛称はクリスです。テニスとピアノが趣味で、ピアノは特にクラシックが好きとのこと。

市内の小・中学校で英語を教えている市の外国語指導助手の皆さんが、久慈市で生活して感じていたことなどを紹介するコーナーです