



『ロトレ・脚トレで“若返り”！  
老化のもと「フレイル」を防ぐ』  
飯島 勝矢 著

フレイルとは、老化が加速して心身の衰えが進んだ状態。そのままにしておくと介護が必要になるが、適切な予防と対策を取れば改善する。筋力や、噛む&のみ込む力を取り戻す方法などをイラストと共に紹介。



図書館へ  
行こう。

『大ピンチずかん』

鈴木 のりたけ 著

ガムを飲んだ！トイレの紙がない！？  
こどもが出あう世の中の様々な『大ピンチ』を、大ピンチレベルの大きさと、5段階のなりやすさで分類。レベルの小さいものから順番に掲載し、その対処法をユーモアたっぷりに紹介する。



『奇跡』

林 真理子 著

男は世界的な写真家、女は梨園の妻。『不倫』という言葉に寄せつけないほど正しく高潔な二人。林真理子に託され綴られた、本来であれば、決して世に出ることがなかったはずの、愛の“奇跡の物語”。



もう一冊。

—— 一般 ——  
働く人のためのメンタルヘルス術  
尾林 誉史  
50代、家のことで困っています。

イベント

おしゃべり箱おはなしの会

5月28日(土) 午前10時30分～  
図書館 2F 講座室にて

4月の  
休館日

毎週月曜日・祝日  
月末整理日 30日(土)

岡田布施図書館 ☎ 52-2288

HP <https://ilisol004.apsel.jp/tabuse-lib/>  
E-mail [library.tabuse@town.tabuse.yamaguchi.jp](mailto:library.tabuse@town.tabuse.yamaguchi.jp)

ニッキーとヴェイセラ ピーター・シス  
羽尻 利門  
そらいっぱいこのいのこのぼり  
げたばこかいぎ 村上 康成  
はやくしなさい！ 村上 康成  
妖怪横丁大運動会 広瀬 克也  
はっぴーなっつ 荒井 良一  
のいちごつみ さとうわきこ  
—— 児童 ——  
P. G. ウッドハウス  
アーチャー若気の至り  
漆花ひとつ 澤田 瞳子  
燕は戻ってこない 桐野 夏生  
長谷川 高

俳句短歌

周防一夜会

言葉の独り歩き 一緒に歩きましょう  
弱音も本音も吐けず一人の茶わんあらう  
家までいっしょですね、お月さん  
虫を鳥を育てた大根一本私を養う  
思い出と布地継ぎ接ぎし昭和の服を着る

小村みつ枝  
久光 良一  
加治 紀子  
藤井千恵子  
小藤 淳子

麻郷俳句教室

過ぎし日は多く語らず卒業す  
名前まだ知らぬ赤子や雛飾る  
縁先に弾む話や桃の花  
桃の花一枝添へて祝菓子

松根千代子  
曾我 欣行  
田村 文代  
岡 倫子

短歌

日本史の中歩みゆく思いして  
京都の地名耳に親しも  
鯉釣れ携帯探し妻にTEL  
快哉叫ぶ初春の海  
ふきのとう、たんぼぼ、犬のふぐり見え  
ここの処に春育ちゆく  
酸素投与の映像見るたびに胸痛み  
コロナの早い終息祈る

藤田 京子  
上岡 知雄  
吉村 京子  
河村美喜子

# 子育て支援センター 『おんとも』

問たぶせ保育園 ☎53-1012

『子育て支援センターおんとも』は、子育てサークルの開催や育児相談など子育て家庭へのいろいろな支援を行っています。

**施設開放…全員対象**(平成31年4月2日以降生まれ)

## ≪5月行事≫

### ■施設開放日

#### ◇月曜日～金曜日

午前9時～午後3時30分(昼休み 午後12時15分～午後1時15分)

#### ◇土曜日

午前9時～午後12時15分(日・祝日を除く)

### ■子育て支援センター『おんとも』の利用について

事前予約は不要で、開放時間内であれば、いつでもご利用できます。

### ■身体測定ウィークについて

第2・3週目に行います。いつでも身体測定ができ、お子さまの成長を身体発育表に記入します。



## 柳井警察署だより

問柳井警察署 ☎23-0110

[https://www.police.pref.yamaguchi.lg.jp/kenkei/page\\_h002\\_000009.html](https://www.police.pref.yamaguchi.lg.jp/kenkei/page_h002_000009.html)

### 自転車盗を防ごう

県内で発生した令和3年中の自転車盗被害のうち、無施錠で被害に遭った割合は、約8割(78.6%)と非常に高くなっています。

あなたの大切な自転車を守るために、日ごろから盗難被害を防ぐ対策を心掛けましょう。

#### ■自転車の盗難被害防止対策

##### ◇カギかけの習慣化

盗難防止の第一はカギをかけることです。自転車から離れるときは、短時間でも必ずカギをかける習慣を身につけましょう。

カギを2つかける『ツーロック』にするとより効果的です。

##### ◇防犯登録の実施

防犯登録は自転車購入者の義務です。

必ず防犯登録を行い、登録票の控えを大切に保管しましょう。

##### ◇指定場所への駐輪

自転車は、路上や空き地などに放置せず、駐輪場など指定された場所にカギをかけて駐輪しましょう。



#### ■山口県職員 大学卒業程度試験日程

下記の日程で大学卒業程度試験を実施します。詳細は、柳井警察署警務課までお問い合わせください。

受験資格 (生年月日)	募集期間	第1次試験	最終合格発表
平成5年4月2日 ～平成13年4月1日	4月26日(火) ～5月16日(月)	6月19日(日)	8月下旬