

今月のおすすめ本

中央図書館

◆高尾山、木曾駒ヶ岳、富士山など、実際の登山の様子を紹介しながら、山歩きに必要な準備や技術をわかりやすくレクチャーする。NHK「趣味悠々」のテキスト。



山で元気に！田部井淳子の登山入門
講師：田部井淳子
【日本放送出版協会】

◆秋冬野菜の栽培のコツや、寒さ対策用の資材の使い方など、写真を使って解説。冬の間に行いたい土づくりの作業、秋に植えつけ翌春以降に収穫できる冬越し野菜の育て方も紹介。



菜園スタートBOOK
編：藤田 智
【日本放送出版協会】

◆「勝つ」体を作る、スポーツ愛好家必携の栄養レシピ集。筋力系、持久力系、スピード系などスポーツに合ったメニューを、知っておきたいスポーツ栄養学の基礎とともに紹介。



スポーツをする人の勝利食
監修：石川 三知
【講談社】

明野図書館

◆「がん細胞って何？」から始まり「どう予防したらいいの？」そして「どんな治療法があるの？」までを遺伝子レベルから読み解き、がんの成り立ちを初歩から解説。



絵でわかるがんと遺伝子
著：野島 博
【講談社サイエンティフィク】

◆イギリスの新進絵本作家と宇宙飛行士毛利衛が大切なことをわかりやすく教えてくれる共生の思想。世界は支えあっているんだ！と改めて気づかされる絵本。



5ひきの小オニがきめたこと
作：サラ・ダイアー
訳：毛利 衛
【講談社】

◆年金も期待できない時代に生きる若者の世代のために時代に合ったマネープランを提案。我慢ばかりの人生を変えたい人へ、お金に関するもやもやが晴れる一冊。



たりないお金
20代30代のための人生設計入門
著：竹川 美奈子
【ダイヤモンド社】

図書館イベント情報

中央図書館Tel 24-3530 明野図書館Tel 52-2466

★中央図書館休館のお知らせ

蔵書点検のため休館します。▶期間 = 10月12日(月)～22日(木)▶休館中の返却 = 図書館入口の返却ポストへお願いします。また、ビデオ・DVDなどは破損の恐れがありますので、休館明けに直接カウンターでお返しください。

★赤ちゃん向け読み聞かせ

▶日時 = 10月8日(木) 午後1時～3時 ▶場所 = 中央図書館 おはなし

コーナー ▶内容 = ブックスタート・スタッフのみなさんが赤ちゃん向け絵本の読み聞かせをします。

★ハロウィーンのおはなし会

▶日時 = 10月24日(土) 午後2時～▶場所 = 中央図書館 おはなしコーナー ▶内容 = 絵本の読み聞かせ・マジックショー

★てぶくろ人形創作講座

軍手を使って犬の親子を作ってみませんか ▶日時 = 10月25日(日) 午後1時～4時頃まで ▶場所 = 明野図書館視聴覚室 ▶費用 = 材料代300円(当日徴収) ▶準備するもの = は

さみ・縫い針・木綿糸(白)

▶申込 = 10月18日(日)までに明野図書館へ(小学生以上30人程度)

★明野図書館 おはなし会

※午後3時から児童室で行います
◎10月11日(日)…『あたごの浦』『Where's Spot? (コロちゃんはどこ?)』(英語)
◎10月18日(日)…『かいじゅうたちのいるところ』『まほうのむち』



新車・特撰中古車・整備
安心のトータルシステム

日本興亜損保・生命保険代理店
有限会社 **小島商会**

筑西市関本上1386-4 (旧関城町) ☎0296-37-6151
<http://www.ojimashokai.com/>

あなたの不安を自信にかえる

JOY パソコンスクール下館校

初心者大歓迎!!

- 入学費・テキスト代・PC使用代込
- パソコン内装(持ち込み可)
- 好きなことを学びながら(趣味指導)
- コース＋フルな資格で就業にプラス
- 受講回数 無制限プラン
- 卒業・修業・お子様指導可
- 講師経験豊富な先生が指導
- 必ず無料体験入学のらうぞ。

おかげさまで毎日で賑わっています

お問い合わせください
TEL: 0296-25-7008
筑西市丙388 下館スピカビル5F
URL: <http://www.joyitc.ne.jp/shimodate>

開校日 am10:00～pm9:00
土曜のみ pm 5:00まで
定休日 日・月・祝



JICA (国際協力機構) の青年海外協力隊として、池沢俊美さん (26歳・五所宮) と吉野強さん (23歳・玉戸) が、6月下旬、それぞれの任務地に向けて出発しました。2人はボランティアとして、2年間にわたって現地での活動を行います。



池沢 俊美 さん

動、疫学調査などを行います。これまで看護師として働いていた経験を生かし、少しでも役に立てるよう頑張りたいと思います。2年後、日本に帰ってくる時には、応援してくれている家族に、ひとまわり成長したところを見せたいですね。

村落開発普及員として、ネパールのカトマンズ市に派遣される吉野さんは「私の夢は教師にな

高い志を持って海外へ。 「自分にできることを 精一杯頑張ってきたい」

ス県に派遣される池沢さんは、

「小学生の頃、アフリカの子どもの状況を見てから、ずっと海外で活動したいと思っていました。今回、青年海外協力隊として派遣されるのが決まり、とてもうれししいし、楽しみです。スペイン語もしっかり勉強しましたよ。現地の人とよく話をし、信頼しあえる関係を築けたらいいですね。

任務地では、医療施設のサービスの向上や予防接種の普及活



吉野 強 さん

ること。その前にいろいろな経験を積んで成長したいと思い、青年海外協力隊に応募しました。

カトマンズ市は、これまで数代にわたり協力隊が派遣され、日本種の柿や梨の普及を通して、農家の収入向上を進めてきた地域。私は、生産物の選別や共同出荷、販売活動などの支援を行います。現地の人のために自分に何ができるか、常に考えながら頑張ってきたと思います。

不安もありますが、『カトマンズが第2の故郷』と言えるくらい、現地の人との交流を大切に、自分自身も楽しみながら活動できればいいですね。2年後には、どんな物事にも動じない、でかい男になって帰ってきますよ」と抱負を語ってくれました。

会員募集

今何かをやらなくては... JCI



(社)下館青年会議所

担当：会員拡大ネットワーク会議

〒308-0826 筑西市下岡崎1-1-6
http://www.shimodate-jc.jp

20~40歳までの筑西市・桜川市在住または事業所がある青年男女。様々な業種のメンバーが集まり、自己研修・ビジネス研修・青少年育成事業・まちづくり事業などを行っております。

さあ、あなたも私たちと一緒に一歩踏み出してみましよう!!

資料請求はこちら