



可児っ子しんちゃん300回
記念冊子「オーイしんちゃん」
好評発売中!



まだ寒い日もありますが、3月になると木の芽がぶくぶくと膨らんできて、春を迎える準備をしていることに気がきます。春は何かを始めたい季節。高齢者大学発表会で民謡の発表を取材させていただきましたが、みなさん自慢のものを披露してみても、とても元気な方ばかりでした。長く続けられて熱中できることがあると毎日の生活にメリハリがつくとのこと。
私の場合、ギター、武道、英語、今まで挫折したり続けられなかったことは数知れず...寝る前のストレッチだけは10年以上続けています。やっぱり身近なことからコツコツと... (三)

広報かには、ボランティアグループ「音訳ヴォイスの会」により音訳されています。音訳版の広報を希望する人は、図書館本館にご連絡ください。

図書館だより

本館 ☎62-5120
(火曜～金曜 午前10時～午後7時)
(土曜・日曜 午前10時～午後5時)
帷子分館 ☎65-8530
桜ヶ丘分館 ☎64-3473
(分館は全日 午前9時～午後5時)
<http://www.tosyokan.kani.gifu.jp/>

展示のご案内

「岐阜森林愛護隊」展
3/7(土)～3/26(木) 本館)
「あなたに送る「四季の絵手紙」展
2/28(土)～3/26(木) 帷子分館)
「彩紅会小品」展
2/28(土)～3/26(木) 桜ヶ丘分館)

新しく入った本

『ケバラ最期の時』 戸井十月 / 著 (集英社)
『会社は毎日つぶれている』
西村英俊 / 著 (日本経済新聞出版)
『コーヒーとサンドイッチの法則』
竹内正浩 / 著 (東洋経済新報社)
『ママの声、聞こえるよ』
筒井好美 / 著 (朝日新聞出版)
『もっとひろがる国産米粉クッキング』
坂本佳奈、坂本廣子 / 著 (農山漁村文化協会)
『かりんちゃんとおひなさま』
ながわちひろ / 作 (偕成社)
『ゆきをしらぬいこねのおはなし』
エリック・ローマン / 作 (あすなろ書房)
『ランドセルがやってきた』
村上康成 / 絵・中川ひろたか / 文 (徳間書店)

【児童書】

【本館】毎週月曜日、3月27日(金)
【帷子・桜ヶ丘分館】
毎週月曜日、3月20日(金・祝)、27日(金)

かにっ子タイム

本館・帷子分館・桜ヶ丘分館
毎週土曜日午後2時～
【内容】絵本の読み聞かせ、お話、紙芝居、本の紹介など

ちびっこかにっ子タイム

本館 第2・4木曜日午前11時～
帷子分館 第2・4木曜日午前10時30分～
桜ヶ丘児童センター
第1・3・5水曜日午前11時30分～
【内容】赤ちゃん絵本の読み聞かせ、手遊び、歌遊びなど

おすすめ本の紹介

『あらしのよるに』
木村裕一 / 作 あべ弘士 / 絵 (講談社)
(あらすじ)
あらしのよるに、ヤギはくらやみのなかで、じつとあらしのやむのをまっています。すると、オオカミがやってきました。けれどもくらやみのなかなので、ヤギもオオカミも、あいてがじぶんどちがうどうぶつだということに気がつきません。しだいになかよくなっていく2匹。あらしがやんで、そこにはなにがあるのでしょうか。



MEDIA INFORMATION

いきいきマイタウン 番組案内

3/7(土)～13(金)

いち早く情報をお届け ～すぐメールかに～

暮らしに役立つ市政情報を携帯電話などにメール配信するサービス「すぐメールかに」。登録の方法や配信メニューなどをお伝えします。

シリーズ：我ら！多文化共生

3/14(土)～20(金)

うるおいライフ

市内14カ所の公民館で開催する乳幼児学級の活動の様子や新年度の学級生募集をお伝えします。

シリーズ：好きなのはカニダー

放送時間 7:30・12:00・19:00・20:30・22:00 (土・日曜日は14:00にも放送)
番組の内容や時間は変更することがあります。

3/21(土)～27(金)

可児市を撮る

可児市出身の写真家に、市内の観光名所や自然の風景などの撮り方を教えていただきます。

シリーズ：図書館だより

3/28(土)～4/3(金)

うるおいライフ

市内の小中学校や幼稚園、保育園で開催する家庭教育学級の学級生募集について紹介します。

シリーズ：学校めぐり

男女共同

さんかくサロン No.24



男性の育児休暇

可児市役所では現在、2人の男性職員が育児休暇を取得しています。どちらの職員の妻もフルタイムで仕事をしているので、彼らが家庭で子育てに専念しています。子育てに専念というものの、家庭にいれば雑多な家事もあるため、それも引き受けていることになります。

先日、所用で出勤してきたその男性職員のひとりが「僕が作った食事を子どもが『おいしい』と言って食べてくれる姿を見て、幸せを感じています。」と、話してくれました。「家事・育児は女性の仕事」と決めつけてきた固定的役割分担意識を、乗り越えて生活しているのだと感じました。

男性の育児休暇の取得については「ひとにぎりの一流企業での話」、「公務員は恵まれているから」、「中小企業ではできない」など、さまざまなご意見がありますが、日本の社会制度が子育てしやすい環境になることを否定する人はいないと考

えています。男性も育児と仕事を両立できるシステムを整えれば、「生活の質」は格段に上がり、少子化にも歯止めがかかると期待されます。そのためにも、公的な機関で制度を先行していくことが大切です。

彼らの子育ては、始まったばかりです。この育児休暇で得た経験を、行政職員として仕事に生かしていくことが期待されます。周りの職員も、休暇中の仕事を分担するなどして、「お互いさま」の精神でバックアップ体制を取り、彼らが一回り成長して復帰する日を待っています。

可児市役所で、男性が育児休暇を取得したのはこの2人が初めてです。周りの目も気になったと思いますが、後に続く男性職員も取得しやすい環境になりつつあります。

問合せ 総合政策課

丈夫な骨を作ろう!!



1.「骨」の役割

「骨」は体の中で「歯」の次に硬い組織です。人間の体は約200本の骨から成り立ち、5つの働きがあります。

体を支える...人間が重力に耐え、立ったり動いたりできるのは背骨や骨盤、手足の骨が体を支えているためです。筋肉を動かす...骨に筋肉が付着して、両者が協力して体を動かしています。

脳や内臓を保護する...頭蓋骨は脳を、肋骨は心臓や肺を覆い、外からの衝撃を直接受けずに保護しています。カルシウムを貯蔵する...体内のカルシウムの99%が骨に蓄えられ、残りの1%は血液や組織に含まれています。血液中のカルシウムが不足すると、骨に蓄えられたカルシウムがすぐに供給されるようになっていきます。

血液をつくる働き...骨の中心部にある骨髄で、白血球、赤血球、血小板が作られています。

最も強い骨はすねにある脛骨で、約300kgの力で折れると報告されています。そのため、日常生活で掛かる力では折れま

健康の知恵ぶくろ

No.24

せん。しかし、骨がスカスカになると、力学的強度は弱くなり、それより弱い力でも骨折しやすくなります。

近年、日本人が1日に摂取するカルシウム量の平均値は568mgと、先進国においては最低レベルです。

2 強い骨をつくるには?!

カルシウムを取ろう!...牛乳・乳製品、豆類、緑黄色野菜、海藻、小魚などに多く含まれています。1日600mg以上取るようにしましょう。体への吸収率は牛乳が最も良く、次いで小魚、緑黄色野菜の順です。また、量の目安は、牛乳コップ1杯(カルシウム200mg)、ちりめんじゃこ大さじ2杯(カルシウム50mg)、小松菜50g(カルシウム85mg)です。

適度な運動をしましょう!...骨は運動によって刺激を受けると、骨の形成が盛んになり、カルシウムが蓄積されやすくなります。

問合せ 健康増進課

多文化共生掲示板「ICHIGO ICHIE」vol.14

皆さんが普段暮らしている可児市。外国人の目にはどのように映っているのでしょうか。そこで、市役所の窓口に来た外国人に「可児市の印象、どんな所が好きですか?」というテーマでインタビューしたところ、右のような回答を得ました。

ほとんどの外国人が、静かで人々も親切、よく整備された住みやすい町、という好意的な印象を持っているようです。この印象を失わないよう、私たちはお互いに歩み寄り、手を取り合い、可児市ならではの共生を目指していきたいですね。

可児市の印象、どんな所が好きですか?

- ・周りの人が親切で、外国人にとって住みやすい町
- ・地震などといった災害もほとんどなく、町並みがよく整備されている
- ・多くの工場があり、外国人にとって仕事をしやすい町
- ・店や病院などが集中しており、便利
- ・適度に自然があり、大都会のような騒音もなく、静かな住みやすい町

問合せ まちづくり推進課