



小・中・高校生の皆さん！
困ったら一人で悩まないで、
お気軽に電話を！

枕崎市青少年育成センター
「心の悩み110番」
フリーダイヤル

0120-055699

相談日時
毎日(第3日曜、祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分
*秘密は堅く守ります。

例えば
学校・家庭でのこと、友だちのこと、
勉強・運動のこと、異性のこと、進路
のこと などの相談



今月の言葉
父は子どもに夢を、
母は子どもの心の支えに！



市民あいさつ
運動日
5月20日(金)
朝の登校の時間帯に市民全体
で声かけ・あいさつ運動に取り
組みましょう

家庭は、ゆっくり落ち着ける憩いと安らぎの場です。また子どもの人生に大切な基本的習慣を身につけさせ、健康で心豊かな人間を育てる場です。今、少年非行は増え続け、いじめや不登校の問題も深刻化しています。今の時期は、青少年にとって、5月病と呼ばれる、心の不安定な時期にあたります。

- ①何でも話せる雰囲気がある家庭にありませんか。
- *ここらよいい親子のコミュニケーション
- ②社会のルールを正しく教え、子どもの手本となる行動をしていますか。
- *子は親の後ろ姿を見て育つ
- ③子どもの良さを認め、子どもの話に耳を傾けていますか。
- *子ども理解と良いほめ方
- ④叱るときでも、ゆとりと愛情をもっていますか。
- *常に愛情表現の工夫と実践
- ⑤子どもの話題を家庭でよく話し合っていますか。
- *子どもの成長や将来を話し合う
- ⑥子どもを信じていますか。
- *親子の信頼関係

子どもの非行を防ぎ、 健全に育成するための 家庭での 6つの実践！



今月から始まった新コーナーです。毎月、健康に関する情報を掲載していきます。皆さんの健康づくりに役立てていきたいと思っております。

健康指導員が誕生しました

健康指導員は、健康づくりのリーダーとして、主に高齢者を対象として多くの市民が元気に老後を迎えられるよう、日常生活の中に運動習慣を取り入れた健康づくりを推進する役割を担います。



健康指導員

栄村知津子さん(宮田町)

昨年健康指導員の認定を受け、簡単筋トレ事業に参加しました。これまで運動が大好きで、バレーや水泳をしてきましたが、健康指導員として高齢者の方と関わりを持つのは、初めてのことでした。

事業開始のころは、戸惑うこともありましたが、参加者の方とふれあうことで私の方がエネルギーをいただいたように思います。

これからも勉強を続け、皆さんの健康づくりに少しでもお役にたてたら…と思う毎日です。



健康指導員の皆さん(写真は11名ですが全員で15名です)

第1回

消費生活メモ

消費者苦情と相談室

消費生活相談室は昭和48年に新設されたから、商工観光課に所属していましたが、今年4月から新しく設置された環境生活課市民協働係に所属することになりました。消費生活相談室の場所は、今までと変わりません。相談室が独立した部屋に入るのは2年くらい前からです。訪問販売等の契約トラブルやサラ金、ヤミ金融、その他の悩みをもつて相談に来られる消費者の方にとって独立した相談室は必要でした。

最近の消費者苦情は「だまし」によるものがとても多くなりました。判断力の衰えに一人暮らしの高齢者が悪質業者のターゲットにされ、必要の無い高額な契約を次々させられる例もめずらしくあります。

◎問合せ 消費生活相談室
TEL 72-1111 内線329

新着本

続けて同じ本を借りたい 方へのお知らせ

- ◎貸出期限内の返却 — 1回限り再度貸出できます
- ◎貸出期限を過ぎたからの返却 — 再度の貸出はできません
- ◎予約が入っている場合

※大勢の方々にいろいろな本を見ていただくための処置ですので、ご協力をお願いします。



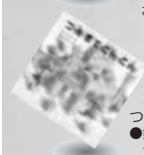
愛は天才じゃない
●生島 淳(著)
福原 千代(述)



君たちに明日はない
●垣根 涼介(著)



ようちえんのいちにち
●ふじた ひおこ(絵)
おか しゅうぞう(作)



つみきでとんとん
●鈴木 まもる(絵)
竹下 文子(文)



レンアイとトモダチ
●ダイヤルサービス
子ども110番(著)

中学校の先輩関係、告白をした、友だちの気持ちなどがわからない、携帯のトラブルなど、過去に寄せられた44件の電話相談の中から「恋愛」と「友だち」をテーマにまとめる。



波・浜・港の話
●村木 義男(著)

海辺での安全な遊びに役立つ話や、散策旅などでよく目にする海辺の事柄について話、海辺における諸種の興味もたれる現象についての話を述べる。

図書館だより

No.157

市立図書館 ☎ 72-9254

カレンダー 5月10日～6月9日

日	月	火	水	木	金	土
			5月→ 10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	6月→ 1	2	3
4	5	6	7	8	9	

● 休館日

◆ お楽しみ映画会
午後2時～3階会議室

■ 絵本や紙芝居の読みかせ
毎週水曜日 午後3時半～