図書館 library

問中央図書館 ☎ 82 - 7100

ベストリーダー情報（3月1日～3月31日）

一般書

順位	本の名前	作　者
1	警官の酒場	佐々木 譲
2	魔女と過ごした七日間	東野 圭吾
3	こちら空港警察	中山 七里
4	風に立つ	柚月 裕子
5	窓際のトットちゃん 続	黒柳 徹子

児童書

順位	本の名前	作　者
1	大ピンチずかん２	鈴木 のりたけ
2	ぬまの100かいだてのいえ	いわい としお
3	パンどろぼうとなぞのフランスパン	柴田 ケイコ
4	そらの100かいだてのいえ	いわい としお
5	りんごのまほう	うえだ しげこ

図書館カレンダー
5月

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

×…全館休館
□…全館整理休館日
△…春日（14 ～ 17 日）
　市島（21 ～ 26 日）特別休館日

おすすめ図書

一般書

『後輩がはじめてできたら読む本』

北村　朱里／著
産学社（2023.9）

後輩社員にどう接すればよいか。職場で初めて後輩を持った「先輩社員一年生」に向けて、後輩と信頼を築き、後輩を成長させながら自身も成長する伝え方のメソッドを、ステップを踏んでていねいに解説する。

児童書

『なんで、せんそうおわらないの？』

ＮＨＫネットワーク報道部／編
青志社（2023.3）

なぜ戦争をするのか、どうして終わらないのか。現地の子どもたちは大丈夫なんだろうか…。ロシアによるウクライナ侵攻について小学生が疑問に思っていることに、ＮＨＫの解説委員が答える。

歴史探訪　シリーズまちかど文化財

和泉石の狛犬

丹波市文化財保護審議会委員　山内順子

写真は市島町下竹田にある二宮神社の狛犬です。台座には「文化九年（１８１２年）泉州石工伊助」と銘が刻まれています。大阪府南西部の泉州は「和泉石」という加工に適した砂岩の産地で、優れた石工が多くいました。

団子鼻と、口角が上がっていて陽気に笑っているように見えるのが泉州で作られた狛犬の特徴です。ただし、尾や耳は一様ではなく、いくつかの系統があります。写真の狛犬は、大阪市住吉区にある住吉大社の太鼓橋近くにある狛犬によく似ています。

作者が明確に刻まれていることは稀ですが、丹波市内ではほかにも多くの和泉石狛犬を見ることができます。では、これらはどのように運ばれてきたのでしょうか。すべてが解明されてはいないものの、柏原八幡宮に和泉石狛犬を奉納した上山家の文書には、運送ルートが記録されています。それによると、泉州で切り出された石を大阪の工房へ運び、狛犬に仕上げて、海船で高砂へ運びました。高砂に着いた後、加古川を川舟で遡り、本郷の湊で陸揚げされ、そこからは荷車に載せられて柏原に到着したことがわかります。

３月号で紹介した福井県で作られた笏谷石狛犬は、由良川を遡ってきたことが推定されると述べました。一方、和泉石狛犬は、加古川を遡ってきたことがわかりました。

丹波市は、日本海と瀬戸内海につながる大きな二つの川があるおかげで、異なる地域で作られた狛犬を見ることができる貴重な場所となっているのです。

二宮神社の狛犬

問社会教育・文化財課（山南庁舎内）☎70 - 0819

たんば食育クッキング

春キャベツとあさりのスパゲッティ

1人分 エネルギー：約372kcal　食塩相当量：1.8g　調理時間：約25分
※日本食品標準成分表2020年版（八訂）を基に計算

問健康課（健康センターミルネ内）☎88-5750

材料（2人分）

キャベツ	200g
あさり（殻付き）	160g
スパゲッティ（乾）	160g
オリーブ油	小さじ2
にんにく（薄切り）	1かけ
酒	大さじ1
塩	小さじ1/3
粗びき黒コショウ	少々

つくり方

①あさりは砂抜きをし、殻をこすり合わせて洗う。
②キャベツは一口大に切る。
③スパゲッティは、塩を入れず熱湯でゆがく。表示時間より1分短くゆで、ザルに上げる。（ゆで汁を大さじ3取っておく）
④フライパンにオリーブ油とにんにくを入れ弱火で熱し、香りが立ったらあさりを軽く炒める。
⑤④にキャベツと酒を加え蓋をし、中火であさりの殻が開くまで蒸す。
⑥③とゆで汁を加え炒め、塩で味を調える。器に盛り、黒コショウをふる。

子宮頸がん検診受診券を送付します

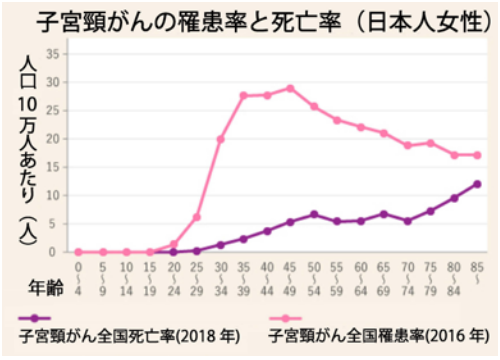
子宮頸がんは若年の頃から発症し、近年20～30歳代での発症が増加しており、日本でも毎年1万人以上の人が子宮頸がんと診断され、年間約3千人が子宮頸がんによって命を失っています。

子宮頸がんの原因は、ヒトパピローマウイルス（HPV）の感染です。HPVはありふれたウイルスで、性交経験のある人の半数が感染するといわれています。HPVに感染しても多くの場合は自然治癒しますが、1割程度は自然治癒せず、がんになる前の状態（異形成）を数年経て、子宮頸がんに至ります。

子宮頸がんになる人の約16％が20～30歳代で、子宮頸がんになる前段階の上皮内がんを含めると約38％を占めています。発症のピークが妊娠・出産年齢と重なることもあり、深刻な病気といえます。

市では、20～39歳の年度末奇数年齢の女性を対象に、5月中旬に子宮頸がん検診受診券を送付します。2年に1回の検診を欠かさず受診することで、子宮頸がんを早期発見・早期治療することができます。

大切な自分の命を守るため、子宮頸がん検診をぜひ受診してください。



健診受診券の送付について

病気の兆候をできるだけ早く発見し、重症化させないためには、毎年健診を受け、健康状態を確認し、生活習慣の改善や適切な治療を受けることが必要です。

市では、5月中旬から下旬に、40歳以上の人へ健診受診券を送付します。同封の健康診査の案内をよく読み、自身の希望に合った健診方法を選び、直接各健診機関に申し込みください。

令和6年度末の年齢が41歳・51歳・61歳・71歳の人は、がん検診が無料です。

健診の申込期限は令和7年1月31日ですが、例年12月・1月に駆け込みの申し込みが多く、健診機関の定員に達した場合、受診することができません。受診を希望する場合は、早めに計画を立て申し込みましょう。

丹波市国民健康保険または後期高齢者医療保険に加入している人には、人間ドックの費用助成制度があります。毎年、同じサイクルで健康管理に努めましょう。

問健康課（健康センターミルネ内）☎88-5750