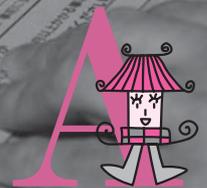


Q

こんなとき

どうしたらいいの？



読みたい本が図書館にないので…

Q 図書館に本がないときは、借りることはできませんか？

A 図書館では、ご希望に沿った本を提供させていただくため

に「予約・リクエスト」制度（左記参照）を設けています。図書館に本が返ってきた場合に置き置いたり、他の図書館から借りたりして、ご希望の本を手元に届けます。

「予約・リクエストカード」に必要事項を記入し、図書館へ申し込むだけで利用できますので、ぜひご利用ください。予約・リクエスト併せて、1人10冊までとなります。

Q どの本を読めばいいか教えてください

A 「本を読みたいけれど、どの本を読めばいいのかわからない」

「調べ物をしたいけれども、どの本に載っているのかわからない」といったことは、いつでも図書館の職員にお尋ねください。図書館にとって、読書相談はとても重要な仕事だと考えています。質問内容によって時間がかかる場合もありますが、職員一同、全力で資料を探す手伝いをさせていただきます。

予約、リクエストの方法

読みたい本が貸出中の場合、

予約ができます

申込方法

- ① 図書館窓口で「予約・リクエストカード」に必要事項を記入して提出する。
- ② インターネットで予約する。
(事前にパスワードの設定が必要です)

読みたい本が所蔵されていない場合、

リクエストができます

「リクエスト」は、他の図書館から借り受けたり、購入したりして、希望の本がお手元に届くようにする制度です。

対象 町内在住者

申込方法

「予約・リクエストカード」に必要事項を記入して窓口へ提出する。(マンガや自費出版本などお応えできない場合があります)

特に人気のある本は、発売と同時にリクエストをしておくと比較的早く読むことができますのでお薦めです。

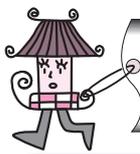
また、この図書館にご希望の本が所蔵されているかという調査も行っています。図書館同士でネットワークがあるため、県内の公共図書館や都道府県立図書館の蔵書を調べることができます。

問 図書館 ☎ 32・0262

てんいち先生

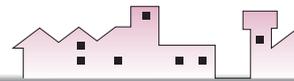
※「てんいち」とは、てん（英語の10）と、いち（1）を合わせて11（毎月11日は人権を確かめあう日）という意味です。





暮らしの情報

町民の皆さんの生活に関する情報を
紹介します。



健康

Health

「地域支援センターってどんなことをするといいですか?」。こんな風に聞いてくださる方がいらつしやいます。そんなとき私たちは「医療に関してはどんなことでもいいのですよ。よろづ相談したいところですよ」と答えています。

そこで、今回は実際に行っている業務内容を紹介させていただきます。

まず、窓口での相談業務では、外来に來られた方の「○○が痛い、○○の科を受診したらいいの?」というような診療科の質問にお答えしています。口腔外科や耳鼻科など当院にない診療科の場合、患者さまが望まれる医療機関の情報を提供しています。

国保中央病院だより

国保中央病院 ☎ 32-8800

11

地域支援センター ってどんなことを するところですか?

地域支援センター(正面玄関をいって右)

ほかにも高額療養費、身体障害者手帳、難病、介護認定などの申請に関することなどの問い合わせや相談に応じています。

当センターは、地域の医療機関や福祉施設などとの連携業務を行う窓口として大きな役割を担っています。具体的に、地域の医療機関や当院への予約の受付、また他の医療機関からの転院、逆に当院からの転院依頼などの相談に応じています。なお、入院中の患者さまやご家族が、退院に際して在宅への準備や施設入所などで不安なことや困っておられることについては、専門

の退院支援ナースが地域のケアマネージャーさんたちと連携を密に図りながらお手伝いさせていただきます。

もう一つ大きな役割として、「緩和ケアホーム飛鳥」に入院するためにはどうすればいいの?」といったような問いにお答えする緩和ケア相談業務があります。この業務では、入院相談だけではなく、外来予約をさせていただいたり、がんに関する相談にお答えしたりしています。

「誰に相談したらいいのだろうか?」と困っておられるとき、窓口にいる私たちに遠慮なく声をかけてください。スタッフは4名です。皆さまからのご相談をお待ちしています。

すくすく子ども食育プラン

家族で食べよう! 地元の旬

作り方

- 1 白菜は細切りにして塩少々を混ぜ、ラップをしてレンジで加熱して冷まし、水気を切る。
- 2 ほうれん草は3cm幅に切って、塩少々を混ぜ、ラップをしてレンジで加熱した後、水で洗ってから、水気を切る。
- 3 マヨネーズとポン酢を混ぜ合わせる。
- 4 ①、②、③を混ぜ合わせ、器に盛る。

栄養アドバイス

白菜の旬は冬で、霜に当たると繊維がやわらかくなり風味も増し、おいしくなります。また、甘みがあり、くせがないのでさまざまな食材と相性がよく、調理方法も多様です。

ほとんどが水分ですが、食物繊維を豊富に含み、便秘の改善に効果があります。

白菜のマヨポン和え



材料(4人分) 1人分エネルギー 77kcal

- ▶白菜…150g
- ▶ほうれん草…300g
- ▶マヨネーズ…大さじ2
- ▶ポン酢…大さじ2

食育

Nutrition education