



図書館だより

湯沢図書館からのお知らせ

湯沢図書館は、**9月8日(月)から17日(水)まで**
「**特別図書整理期間**」のため休館します。

期間中は、全ての蔵書の棚卸しを行いますので入館できません。休館期間が長く、利用者の皆さんにはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。



今月の休館日

- 湯** 1日(月)、8日(月)～17日(水)、21日(日)、23日(火)祝
- 雄** 毎週月曜日、16日(火)、24日(水)
- 稲** 休館日はありません
- 皆** 休館日はありません

ここで紹介した図書は一部です。新着図書情報は、市ホームページでもご覧いただけます。

新着図書(一般図書)

- 湯** マジカル博物館ツアー パトリック・ボー
- 湯** 下山事件真相解明 柴田 哲孝
- 湯** パカなフリして生きるのやめた 仁藤 夢乃
- 湯** 香水の世界史 エリザベット・ド・フェドー
- 湯** アウトドアの危険事典 大蔵 喜福 監修
- 雄** 3歳から親子でできる! もっとおうち実験&遊び いわママ
- 雄** 認知症?と思ったら最初に読む本 長田 乾
- 稲** 俺の人生を変えた育児 月光 もりあ
- 皆** アスリート中高生の部活弁当 食べて強くなる! おいしいレシピ140 上島 亜紀

新着図書(児童図書)

- 湯** こっせつくん 春風亭 一之輔
- 湯** ポタポタぴちゃん! 中垣 ゆたか
- 湯** ゆびでたどる進化のえほん 三上 智之
- 湯** あたしは勇者になれますか? 荒木 せいお
- 湯** ビジュアル図鑑戦国武将 小和田 泰経
- 雄** おかしのヒミツ研究所 3時のおやつ科学機構
- 雄** 恐竜カーレース いうと みちろう
- 稲** たべっ子どうぶつなぞなぞブック 劇場版「たべっ子どうぶつ」制作委員会 監修
- 稲** ディズニープリンセスのすべて 講談社
- 皆** グッスリホテルへようこそ あさくら まや

湯▷ 湯沢図書館 (☎73-3040) **雄**▷ 雄勝図書館 (☎52-5387) **稲**▷ 稲川カルチャーセンター (☎78-5557) **皆**▷ 皆瀬生涯学習センター (☎46-2033)

いのちをつなぐゆざわ通信

9月10日～16日は「自殺予防週間」です

「誰も自殺に追い込まれることのない」生き心地の良い湯沢」の実現に向けて、市では市役所本庁舎1階市民ロビーでのパネル展示やSNSでの情報発信などの啓発活動を実施します。身近な方の命を支えるため、私たち一人ひとりができることを考えてみましょう。



あなたもゲートキーパーに

～みんなが気づき、つなげる社会へ～

ゲートキーパーとは、悩んでいる方に気づき、声をかけられる方のことです。こころが疲れていると、自分の体調の変化に気づきにくいことがあります。身近な方が「いつもと違うな」と感じたら、やさしく声をかけてあげてください。不安な気持ちを和らげて、こころの健康を回復する手助けになるかもしれません。

ゲートキーパーの4つの役割

①気づき…眠れない、食欲がない、口数が少なくなったなど、様子が「いつもと違うな」と思ったら注意しましょう。

②声かけ…勇気を出して『具体的な言葉』で声をかけてみましょう。大丈夫?と聞くと「大丈夫」で話しが終わってしまいがちです。

◇声かけの仕方に悩んだら…「夜はぐっすり眠れてる?」

「何かに悩んでる? なんだか辛そうだけど…」
など、まずは体を気遣う言葉をかけましょう。

③傾聴する…心配していることを相手に伝え、相手の感情を否定せず、に耳を傾けましょう。

④つなぐ…必要に応じて、公的相談機関や医療機関などの専門家へ相談につなげます。つないだ後も、優しく寄り添い見守りましょう。

問 健康対策課健康企画班 (☎73・2124)