

ヘルスリテラシー

からだの具合が悪くなったとき、症状から該当する病気を調べたり、処方された薬について調べたりする方もいらっしゃるでしょう。あるいは、「どこの病院のどの先生が良いか？」といったことを、日頃から知り合いの方と情報交換し、すすめられた病院に実際に足を運んだ経験がある人もいらっしゃるかもしれません。そのような医療や健康についての情報を集めて、活用することを「ヘルスリテラシー」といいます。

最近では、インターネットや本を使うことで、だれでも簡単に医療や健康に関する情報を手に入れることができるようになりました。とても便利になりましたが、科学的な根拠がある情報、商業目的の情報、人の不安を煽るような情報などが入り混じっていて、質の悪い情報を手にすることも増えています。「どんな人（機関）が、いつ、どんな目的で発信した情報なのか」ということに気をつけながら見てみると、情報をふるいにかけることができます。

ヘルスリテラシーが高い人は、医師としっかり話をすることができ、複数の選択肢から自分の納得のいく治療法が選択できるといわれています。まずは、情報を見極める眼を持つことから始めてみませんか？



『病気の「数字」のウソを見抜く 医者に聞くべき10の質問』

スティーヴン ウォロシン/著
リサ M. シュワルツ/著
H. ギルバート ウェルチ/著
北澤 京子/訳
日経BP社
2階一般 490.1 ビ

がんの5年生存率の向上と実際の死亡率は関係がない。薬を飲んで治っても、その薬が効いた証明にはならない。検査結果の改善が、症状とも寿命とも関係ないことがよくある…。病気の「数字」を正しく読む方法を説く。



『市民のための 健康情報学入門』

戸ヶ里 泰典/編著
中山 和弘/編著
放送大学教育振興会
J498 シ

健康的な生活を送るために、情報収集し、主体的に意思決定し、行動することが求められている。近年脚光を浴びているヘルスリテラシーを身につけるべく、健康にかかわる意思決定に役立つ知識やものの方・考え方等を紹介する。

新刊ピックアップ

『きみがもし選挙に行くならば 息子と考える18歳選挙権』

古川 元久/著
集英社
2階一般 379.4 フ

どうして選挙が大切な？人がふたりいれば、そこには政治が生まれるからなんだ。ホンネで語り明かした親子問答。現職の国会議員が、選挙の意義、民主主義の仕組み、社会問題、日本の将来を息子と語りあう。



行事 報告

「本・雑誌のリサイクル市」

6月5日、「本・雑誌のリサイクル市」を開催しました。あいにくの雨模様にも関わらず、過去最高の1,300名を超える方々にご来場いただきました。

リサイクル市では、長崎市立図書館や公民館図書室等で利用された後に除籍した本や雑誌に加え、市民の皆さまからご寄贈いただいた本の中からすでに所蔵があるものなどを無償でお譲りしています。1冊でも多く、皆さまの手に届く機会になればと思っています。リサイクル市を通して、素敵なお本・雑誌との出会いがありましたら、図書館としてもうれしい限りです。

図書館では、リサイクル市のほかにも、さまざまなイベントを開催しています。上映会やおはなし会などにもぜひ足をお運びください。



告知

「長崎市 図書館を使った調べる学習コンクール」

長崎市では、「長崎市 図書館を使った調べる学習コンクール」を今年も開催します。「調べる学習」とは、身近な疑問や不思議に思うこと、興味を持ったことをテーマに、図書館などを利用して調べ、その過程やわかったことをまとめて発信することです。自らテーマを決め、調べを進めていくことで、新たな発見があったり、考えが深まったり、また様々な情報を集め、取捨選択をしてまとめる過程で、「学ぶ力」を育むことができます。

図書館では、子ども達の学びをサポートするために、「調べる学習たいけん教室」や調べる学習に役立つ資料を集め展示も行っています。

夏休みを利用して「調べる学習」にチャレンジし、その成果を作品としてコンクールへ出品してみませんか。また、このコンクールは一般の部の募集もありますので、大人の方もぜひご応募ください。

募集期間	9月1日(木)～9月30日(金)必着
応募資格	市内在住・在学の小・中学生、高校生、一般の方
募集作品	公共図書館や学校図書館を使って調べ、まとめた作品。テーマは自由です。
応募方法	「応募カード」2枚を添えて、長崎市立図書館へ持参または郵送してください。
郵送先	〒850-0032 長崎市興善町1-1 長崎市立図書館 「第5回 長崎市 図書館を使った調べる学習コンクール」係
表彰作品	長崎市長賞1点/長崎市教育長賞1点/優秀賞(部門ごとに各2点) ※応募者全員に参加賞があります。
主催	長崎市教育委員会

図書館テレビ

毎月1回月曜日、午後6時20分～午後7時
NHK 総合「イブニング長崎」のコーナーで放送中！



『パジャマ体操』

岡田 麻紀/著
講談社
H781.4 オ

朝起きる時や夜寝る前など、パジャマのままで程よく気軽にできる体操を取り上げた本。洗顔後のタオル・ドライヤーを使ったもの、寝たままできる体操など、ストレスなく、負担にならずに続けられるものを紹介する。

図書館ラジオ

毎月第2金曜日午後2時、長崎シティFM (81.3 MHz)
「ウィーパラライブラリー」で放送中！



『世界の美しい図書館』

パイインターナショナル
2階一般 012 セ

最古のフレスコ画がきらめく修道院図書館や天井から吊るされた書架がそびえる近未来型図書館、「ハリー・ポッター」シリーズに登場した図書館…。紀元前の遺跡から最新鋭の名建築まで、世界の図書館100館を写真で紹介する。

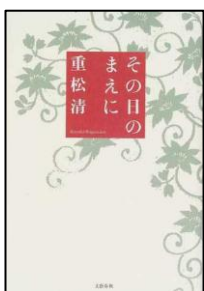


「つながる」

私たちは普段、人とのつながりの中で生活しています。最初に紹介する『その日のまえに』は、人と人のつながりを強く感じる1冊です。主人公である僕は妻と2人の息子と暮らしていましたが、ある日、妻の和美が末期がんの告知を受けてしまいます。和美の最後の日、「その日」を迎えることを受け入れられない僕は、身近な人が「その日」を迎えるという自分と同じような境遇の人々に出会います。そのような人々に出会う中で、人とのつながりを感じる僕。2人の息子を立派に育てていこうと決意する僕と、母の死に直面し、少し大人になった息子たち。お互いに支え合って生きていく親子の絆を感じます。

次に紹介する『いい名』では、朝日新聞大阪本社夕刊に読者が投稿した名前由来に関するエピソードをもとに、書家の紫舟さんが投稿者の名前をその人に合ったタッチで書いています。名前に込められた思いを知ることで、考え方や生き方が変わったという投稿者もいました。この本を読むと自分の名前がつけられた意味を知りたくなってきます。同じ名前でもその由来は人それぞれ異なり、歩む人生も異なります。人は、生まれて名前を与えられたとき、社会とつながるのかもしれない。

(司書 松下 亜紀子)



『その日のまえに』

重松 清/著
文藝春秋
F913.6 シゲ



『いい名』

紫舟/書
「いい名」取材チーム/文
子どもの未来社
2階一般 288.1 イ



今月のイベント・展示

イベント

4日	月	定期上映会「キャッチ・ミー・イフ・ユー・キャン」(昼)
7日	木	あかちゃんおはなし会
9日	土	調べる学習たいけん教室(小学4年生以上)
10日	日	
11日	月	子どもの本と学びの研究会
14日	木	小さい子向けおはなし会
15日	金	定期上映会「マルタの鷹」(夜)
17日	日	大きい子向けおはなし会
20日	水	定期上映会「キャッチ・ミー・イフ・ユー・キャン」(夜)
28日	木	小さい子向けおはなし会
30日	土	定期上映会「マルタの鷹」(昼)
31日	日	大きい子向けおはなし会
8月4日	木	あかちゃんおはなし会

申込みは
締め切りました

※イベントの詳細は、館内のポスター・ちらし、またはホームページで確認できます。

展示

1階展示

1階特集	こころをリラックス(～7/14) 2016 リオ・オリンピック(7/15～)
1階ミニ	夏休み
児童特集	調べてみよう まとめてみよう
児童ミニ	こわいはなしだらけ 読書感想文におすすめの本
YA特集	読書感想文 おすすめ本
YAミニ	そうだ！選挙に行こう！
YA投稿	写真にひとこと！おもしろ大喜利

2階展示

2階特集	貯筋術
長崎県美術館連動展示	
	新宮晋の宇宙船(～7/10)
	スタジオ設立 30周年記念 ピクサー展(7/27～)