

心地よい季節を満喫しよう!

家族で、友だちと、親子で。なにから楽しむ?

大人の特集

『豪快 バーベキューレシピ』
(池田書店)



たけだバーベキュー監修
庭で手軽に!河原やキャンプ場で豪快に!おうち料理のレパートリーも増える?豪快&アイデアレシピ。

『無農薬栽培って、簡単!はじめよう野菜づくり』(学研)
井原 英子



プロ農家も知らない、無農薬栽培のコツが満載の1冊です。

他多数

春がきた!

子どもの特集

虫・花・水・・・野原をいっぱいかけめぐって、おいしい空気を吸って自然に親しもう。



『葉っぱのあかちゃん』(岩崎書店)
広野 隆久

植物の一年の変化のうち、木々の芽ばえに注目した一冊です。葉っぱのあかちゃんはいろんなすがた、色もいろいろです。ゆっくりページをめくってくださいね。



『うみべであそぼう』(福音館書店)
小林安雅・写真
なかのひろみ・文

ぜんぶで9種類の海の生きものの、手で触るとわかるふしぎな生態を写真で紹介します。

他多数



【杵築市立図書館】
TEL0978-62-4362
【山香図書館】
TEL0977-75-1055
【大田図書館】
TEL0978-52-3111
【市立図書館公式サイト】
<http://www.ideastore-kitsuki.com/>
【市立図書館携帯サイト】
<https://ilisod001.apse.jp/kitsuki.city.library/wopc/pc/mSrv>

4月のカレンダー

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			

※大田図書館はすべての日曜日も休館です。

★は児童書

【杵築図書館】

- 『英傑の日本史』.....井沢元彦(KADOKAWA)
- 『作りおきべんとう』.....結城寿美江(権出版)
- 『川の光1・2』.....松浦寿輝(中央公論新社)
- ★『なぞなぞフッフーフー』.....武田美穂(ほるぷ出版)
- ★『すがたをかえるたべものしゃしんえほん4・5』.....宮崎祥子(岩崎書店)
- ★『絵本「旅猫レポート」』.....有川浩文(文藝春秋)

【山香図書館】

- 『苔玉と苔 育て方ノート』.....砂守聡(家の光協会)
- ★『トムとジェリーのかんじの迷路』.....鈴木みのる(河出書房新社)

【大田図書館】

- 『よくわかる膝関節の動きとしくみ』.....伊能良紀(秀和システム)
- ★『かえるくんどっちがどっち?』松橋利光(アリス館)

ほか多数

新着本

今月のおはなし会

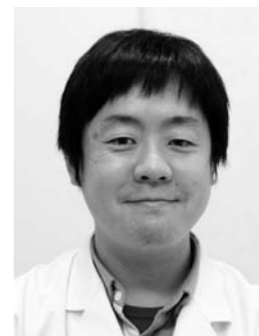
- 【杵築図書館】
- * 図書館おはなし会(毎月第1火・土曜日)
- 4月1日(火) 10時30分~
- 4月5日(土) 10時30分~
- * おはなしくらぶ
- 4月19日(土) 10時30分~
- 【山香図書館】
- * 図書館おはなし会
- 4月12日(土) 10時30分~

としょかんであそぼろ!!

4月23日~5月12日は「こどもの読書週間」

- 【日時】 4月26日(土)10時~12時
- 【内容】 『作って遊べるかんたんおもちゃ!』で遊びます。恒例の読み聞かせも!
- 【参加料】 無料
- 参加した子どもさんにはおみやげがあります。

「軟膏の塗り方、ご存じですか?」



小児科部長
半田 陽祐

山香病院だより vol.82

お子さんの肌がカサカサするというのは、かなり多い症状です。

この様な症状には保湿剤を処方されますが、適切な量を知らずに塗り続けても改善しない可能性があります。どのくらいの量をどんなタイミングで塗るのが効果的か、一緒に勉強しましょう。

①軟膏・クリーム

【塗る量】

大人の手のひら二枚分の面積に、人差し指の先端から第一関節にのるくらいの量が必要です。多く感じませんか?改善が乏しい患者さんの多くで、塗る量が足りていないのが実情です。

【塗るタイミング】

保湿剤は肌にある水分をパックするのが主な作用です。空気中の水分を取り込んで保湿するタイプのもありますが、肌が乾燥していても効果は望めません。外来では「お風呂上がり10分以内」に塗るようにお願いしています。お風呂からあ

がってサツと体を拭いたら、まだ少し湿っているうちに軟膏を塗ってあげましょう。あとは必要に応じて朝や外出から帰った後など塗り足していきませんが、何回塗るかはおかかりつけの医師と相談してください。

②ローション

【塗る量】

大人の手のひら二枚分の面積に、1円玉大の大きさに出したローションが必要です。

【塗るタイミング】

基本的に軟膏・クリームと同様です。

軟膏・クリームに比べてローションはサラツとしていきます。夏場はローション、冬場は軟膏・クリームといった使い分けもできますし、塗る場所によって剤形を使い分けたほうがよい場合もあります。詳しくはかかりつけの医師にご相談ください。

適切な量を適切なタイミングで塗っているのに改善しない、悪化するという場合は使用している薬剤が適切なのか見直す必要がありますので、処方を受けた病院に相談するとよいでしょう。

生活環境課情報



最近急速に普及しているLED照明のこと、あなたはどれだけご存じですか?

●LEDって何?

LED(Light Emitting Diode)発光ダイオード)を直訳すると、「光を発生する半導体」で、電気を流すと発光する半導体の一種です。

従来の電球や蛍光灯に変わる新しい灯りとして、既に私たちの生活にも多く取り入れられています。

●LED照明ってどんなもの?

1960年代に、赤色と緑色が最初に開発され、70年代に黄色、90年代には日本のメーカーによって青色が開発されました。

この青色の開発によって96年には白色が開発されたため、一般照明用として普及することになりました。

●何に使われているの?

携帯電話やデジタルビデオカメラなどの電子機器のバックライト、大型ディスプレイ、道路表示器などの表示用を中心として普及しており、最近では交通信号灯にも使用されています。

●LEDの特徴は?

- ①長寿命・高信頼性
白熱電球や蛍光灯の様な「球切れ・ちらつき」はなく、期待寿命も4万時間と長く、コストの削減にも繋がります。
- ②省電力
低い消費電力で、従来の照明と同水準の明るさを実現しています。
- ③高輝度
一般に、白熱灯より発光効率が高く、蛍光灯に近い水準まで達成しています。
- ④発熱が少ない
従来の電球に含まれる可視光線以外の紫外線や赤外線が少なく、昆虫飛来の対策にもなり、室内外を衛生的に保ちます。

