

**土山図書館** ☎66-1056  
☎66-1067  
開館時間:10:00~18:00

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		

●催し  
10 木 10:30~11:00 おはなし会  
\*乳幼児向け  
12 土 14:00~14:30 おはなし会  
26 土 14:00~14:30 おはなし会

●移動図書館

小学校	
9 水	長休み 鮎河小学校
9 水	昼休み 山内小学校
10 木	土山小学校
11 金	大野小学校

**水口図書館** ☎63-7400  
☎63-4737  
開館時間:10:00~18:00

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		

13(日)~19(土)まで蔵書点検のため閉館します

●催し  
5 土 14:00~14:30 おはなし会  
26 土 14:00~14:30 おはなし会  
29 火 ①10:30~10:50 おはなし会  
②11:00~11:20 \*乳幼児向け

●移動図書館

地域	小学校
1 火	柏木・伴谷方面 柏木小学校
2 水	伴谷方面 伴谷小学校
7 月	松尾・岩上方面 伴谷東小学校
8 火	貴生川方面 貴生川小学校
9 水	水口小学校
21 月	綾野小学校

**図書館 だより**

**10月**

●休館日 ●整理のための閉館日

**信楽図書館** ☎82-0320  
☎82-3921  
開館時間:10:00~18:00

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		

●催し  
3 木 11:00~11:30 おはなし会  
\*乳幼児向け  
12 土 15:00~16:00 おはなし会  
13 日 19:30~21:00 フルト・ソプラノ  
(開場 19:00) (開演 19:30)  
26 土 15:00~16:00 おはなし会  
27 日 15:00~16:00 タイムコンサート

●移動図書館

小学校	
10 木	昼休み 多羅尾小学校
11 金	昼休み 朝宮小学校
16 水	昼休み 雲井小学校
17 木	昼休み 信楽小学校
18 金	昼休み 小原小学校

**甲南図書交流館** ☎86-1504  
☎86-1505  
開館時間:10:00~18:00(金曜日は21:00まで)

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		

●催し  
4 金 13:30~15:30 対面朗読\*事前予約要  
12 土 11:00~11:30 おはなし会\*乳幼児向け  
18 金 13:30~15:30 対面朗読\*事前予約要  
20 日 11:00~12:30 みるくあかひ(新編)〜ミル  
20 日 14:00~15:35 みるく日曜名画展「秋夜」  
25 金 14:00~14:20 紙芝居を楽しもう  
26 土 14:00~14:30 おはなし会\*おはなし会

●移動図書館

小学校	
16 水	甲南第三小学校
17 木	甲南第二小学校
18 金	甲南第一小学校
22 火	希望ヶ丘小学校
23 水	希望ヶ丘小学校
24 木	甲南中部小学校

**甲賀図書情報館** ☎88-7246  
☎88-7005  
開館時間:10:00~18:00

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		

●催し  
12 土 14:00~15:00 おはなし会と工作  
26 土 11:00~11:30 おはなし会  
27 日 14:00~14:25 日曜朗読会「ハロ〜キティ  
の魔法」/「サギとカメ」  
28 月 11:00~11:30 おはなし会  
\*乳幼児向け

●移動図書館

地域	小学校
7 月	大原学区 大原小学校
8 火	油日学区 油日小学校
15 火	佐山学区 佐山小学校
21 月	油日小学校

\*都合により変更になる場合があります。  
詳しくは各図書館にお問合せください。



## 第2回 信楽まちなか芸術祭-5

10月1日から20日にわたって行われる第2回まちなか芸術祭。  
今回は、まちなか会場の見どころを紹介します。

### ◆住民まちなかプロジェクト

今回の信楽まちなか芸術祭では会期中、来場する方にまちなかを散策して信楽の多彩な魅力を体感し楽しんで頂くために、住民の皆さん自らが自主企画やイベントを立ち上げ「住民まちなかプロジェクト」として芸術祭を盛り上げています。

普段、なかなか見る機会の少ない窯元の工房を公開し自由に見学して頂ける「窯元見学」や、障がい者福祉施設信楽青年寮による作品展やワークショップ、または信楽の商店街を巡りオリジナルのスタンプ手拭いを作る「手拭いスタンプラリー」、期間限定の信楽オリジナル丼



▲窯元見学

メニュー「ためき丼」の販売をはじめ、まちなか会場のあちらこちらで様々な住民の皆さんによる企画が開かれています。まちなかをばらりと巡り、たくさんの方

人たちとの出会いを楽しむのもまた、この「信楽まちなか芸術祭」の魅力です。

### ◆第60回信楽陶器まつり謝恩即売会

毎年恒例となっている信楽陶器まつり謝恩即売会。第60回の節目となる今年は、信楽まちなか芸術祭との共同開催で芸術祭会期中となる10月12日(土)~14日(月祝)の3日間に開催されます。まちなかを巡り楽しんだ後は、お買い物をご満喫ください。



▲信楽陶器まつり謝恩即売会

問い合わせ

信楽まちなか芸術祭実行委員会事務局  
☎70-3304 ☎70-3141

\*詳しくはホームページをご覧ください <http://shigaraki-fes.com>

### 健康推進員だより

## メタボ予防教室

— ちょっとした心がけでメタボを予防しましょう —

中高年になると食べ過ぎ、飲みすぎ、運動不足が原因で内臓脂肪が蓄積し、肥満やメタボリックシンドロームになりがちです。

メタボリックシンドロームになると、動脈硬化が急激に進み心筋梗塞や脳血管疾患などの生活習慣病を引き起こす原因になります。

### ■メタボ予防教室を実施

甲賀保健センターで、地域住民を対象にメタボ予防教室を行い、男女33名の方に参加していただきました。

教室では、各家庭から持参した味噌汁の塩分測定や調理実習のほか、腹囲測定や適正体重の計算、運動などを行い、具体的な予防のポイントを学びました。参加者からは「メタボの怖さを知った」「予防の大切さを学んだ」という声が聞かれました。

毎日のちょっとした心がけで、メタボリックシンドロームを予防することができます。以下の「毎日の心がけ」を生活に取り入れ、生活習慣病を予防しましょう。



- 食事は1日3食規則正しく、腹八分目
- 脂肪、糖分、塩分のとりすぎに注意
- 適度な運動をしましょう
- 十分な休養と睡眠でストレス解消



▲メタボ予防のためのエクササイズ

問い合わせ

健康推進連絡協議会事務局(健康推進課)  
☎65-0703 / ☎63-4591

**らびらりん** レファレンスってなに?

皆さんは「レファレンス・サービス」という言葉を知っていますか。情報を求める利用者の質問に対して、回答となる情報や回答の含まれる情報源を提供するサービスのことで、参考調査とも言われます。本の貸出や予約といった資料提供と並んで、図書館サービスの柱となるサービスです。図書館には、日頃さまざまな質問が寄せられます。「道に咲いている花の名前が知りたい」、「去年の琵琶湖の水位を調べたい」、「甲南PAへの行き方を教えてください」などなど。そのどれもがレファレンスの質問です。日常のふとした疑問やちょっとした調べものにも、どうぞ図書館をお役立てください。誠意をもってお手伝いさせていただきます。(甲賀市図書館ホームページ <http://lib.city.koka.shiga.jp/>)