

笑いには多くの効能があるようです。普段使わない顔の筋肉を緊張させるのが笑顔で、笑うことで呼吸法もその時だけはしっかりとした腹式呼吸になります。軽い運動効果もあり、血行も良くなり、代謝にも良い

◇笑いの効能

古典落語の中には、古臭い説教かと思えば、本質を鋭くついている会話がしばしばあります。特に、義理・人情をネタにした話も多く、受け継がれている話の中には、人生の生き方ヒントだったり、人との付き合い方だったり、大切なことが隠されています。

身近にまだまだ残っている「差別」「偏見」。「差別はいけない」という教育は進んでいるけれども、やはり根深く残っているのが「偏見」ではないでしょうか。肌の色の違い、信じる

◇子どもに与える影響

また、中には、掛け合いのように進行する会話ががあります。その中にもたくさんエッセンスが隠されています。時には大人として「苦笑い」しかできないような子供の発言もあつたりします。でも、子供はそういうことをいっぱい考えているので

◇言葉のパワー

しかし、言葉とは難しいものです。言葉は、決して相手を傷つけようと思っていないけれども、誤解される場合があります。相手に対して良いと思つた言葉も、受け取る人の体調、気分によって意味が異なってくるのです。

◇日常から人権意識を

人権とは、自分とかけ離れた所に存在するものではなく、日常生活の中に気付かないうちに誰かの人格を傷つけたり、人権を侵害したりしていることがあります。日常生活の中の言動に見られる否定的な決めつけや、偏見もその可能性を秘めています。常に他人の存在を意識し、周りの尊厳を考え、やさしい思いやりを持って人と接することができれば、平和で明るい毎日となるはずで

も少し我慢しましょう。爆発して良かったという結果はありません。あ



気付けば高まる人権意識、まずは日頃の会話の中で

あいぽーと人権講演会

【講師】桂七福さん（東みよし町出身落語家）

今から400年前、世の中が平和になった江戸時代頃から、落語などの文化が生まれたとされています。落語の中でも、男尊女卑をネタとして、男が上（かみ・うえ）、女が下（しも・した）とされて話が作られています。ですが、当時からこれは当たり前で

影響が出ます。笑いには医学界では、自分自身の治癒力を高める効果があると発表されています。特に男性は、年を重ねるにしたがって笑うことから遠ざかってしまうようなので、笑うことで癌などの病気にも負けない力をつけて欲しいと思います。

宗教、生まれた土地、身体や心の病気がありませんが、大人の嫌な振る舞いがどのようにして子供の世界に影響を及ぼすかを考えて発言する責任と、子どもには言葉の使い方を教えることが大切です。

くまでも、言葉で相手に伝えることが大切です。また、言わなくても分かってくれるという方がいますが、どんな些細なことでも、身近な方同士でも、言葉は伝えなくては伝わらないことも覚えておいてください。言葉はマジックです。例えば「大丈夫！」と言いつける言葉であれば、相手も安心しますが、「大丈夫？」といった言い方を毎日繰り返したとすれば、相手を不安に陥れる呪い言葉になるという事です。常に言葉に対する人権の配慮が必要です。



第2回 千年のかくれんぼ フォトコンテスト作品募集

～分け入るごとに時は廻り～

審査委員



写真家 三好和義氏 1958年徳島生まれ。「楽園」をテーマに世界各地で撮影。近年は四季に恵まれた日本に心の「楽園」を見いだす。

各賞

- 最優秀賞 (1点) 50万円
第一席 (1点) 10万円
第二席 (1点) 5万円
第三席 (1点) 3万円
入選 (10点) 1万円
佳作 (10点) 5千円

応募先・お問い合わせ先

一般社団法人 三好市観光協会内
千年のかくれんぼフォトコンテスト事務局
〒778-0003 徳島県三好市池田町サラダ 1810-18
TEL:(0883)76-0877

昨年度に開催しました第1回「千年のかくれんぼフォトコンテスト」には、市内外より817点ものご応募をいただきました。本年度も継続してフォトコンテストを開催いたしますので、三好市の自然景観やお祭りなど、あなたが心に描く「千年のかくれんぼ」を1枚の写真に表現してご応募ください。

テーマ 三好市の自然景観、文化財、伝統芸能、イベント、お祭り、街並みなどを感性豊かに表現した観光写真をご応募ください。

応募締切 平成27年1月31日まで(当日消印有効)

応募資格 プロ・アマチュアを問わず、どなたでもご応募いただけます。

選考基準 ・三好市の景観を美しい作品としてPRできるもの
・景観要素を捉え千年のかくれんぼの世界観が表現されているもの
・写真の技術力が優れているもの

応募方法 三好市観光案内所、市庁舎、各総合支所等に設置している千年のかくれんぼフォトコンテスト募集要項をお持ち帰りいただき、よくお読みになったうえで、応募作品の裏面に必要事項を記入した応募票を貼付して、フォトコンテスト事務局まで郵送してください。

応募規定(抜粋) ・三好市内で撮影された作品。題材(風景・催し等)は自由です。
・平成26年1月1日以降に撮影した未発表の単写真に限りです。
・サイズは4つ切またはワイド4つ切に限りです。
・出品料は無料で、応募点数はお一人5点までとします。
・入賞作品を使用するために必要な権利は、主催者である三好市に帰属するものとします。写真素材として提供も含め入賞者の許諾を要することなく無償で使用できるものとします。

●主催/三好市 ●共催/一般社団法人三好市観光協会 ●協賛/いよしの温泉郷 ホテルかわせみ、祖谷溪温泉 ホテル秘境の湯、大歩危温泉 サンリバー大歩危、峡谷の湯 宿大歩危峡まんなか、湯元新祖谷温泉 ホテルかずら橋、和の宿 ホテル祖谷温泉、渓谷の隠れ宿 祖谷美人、旅の宿 奥祖谷、白地温泉 小西旅館、(株)マックアース、剣山顕彰会、道の駅大歩危、吉野川オアシス(株)、リバーステーション West-West 大歩危観光(株)、大歩危峡観光遊覧船(株)、箸蔵山ロープウェイ(株)、四国交通(株)、四国旅客鉄道(株)、(株)祖谷溪タクシー、大歩危タクシー、(株)かずら橋タクシー、三好レンタカー、(株)池田警備保障、(株)池田ケーブルネットワーク、(株)タムラ三光堂、(株)データプロ、ナカガワアド(株)、(株)ババカメラ店、歩危マート、(株)明和クリーン、(株)ヤマト重機、JA阿波みよし、阿波銀行、高知銀行、四国銀行、四国労働金庫、徳島銀行、徳島信用金庫 たくさんのご協賛を誠にありがとうございました。
※本事業は三好市の委託により一般社団法人三好市観光協会が実施しています。

新着図書の紹介



【一般書】井川図書館
カタツムリが食べる音
 著者:エリザベス・トーヴァ・ペイリー
 難病に苦しむ著者に、生きる希望の灯をともしたもの、それは病床に偶然やってきた一匹の小さな生きものが、生を奏でる微かな音だった。一人の女性と一匹のカタツムリの絆を描いたノンフィクション。ウィリアム・サローヤン国際賞授賞式。



【児童書】中央図書館
はらぺこソーダくん
 作者:岩田明子
 ソーダくんは、いつもはらぺこ...おいしいもの、ないかなー。によるーっとストローをのばして、レモン、ぶどう、スイカなどを吸い込んでいくと...音と色で楽しむユーモラスな食べ物絵本。

中央図書館
 【一般書】■タイで犬の字/小栗左多里 ■コロボックル絵物語/有川浩【児童書】■擬態生物図鑑/「擬態生物」研究会 ■ヴァンパイレーツ 11~14/ジャスティン・ソーパー【絵本】■こちょこちょフィリックス/わたたにひろし
 井川図書館
 【一般書】■世界昆虫記/今森光彦 ■藤田智のもっと知りたい野菜づくりQ&A/藤田智 ■相も変わらずきりぎり舞い/諸田玲子【児童書】■迷路探偵ピエール/カミガキヒロフミ ■せんそうってなんだったの?/田代脩 ■ひそひそ森の妖怪/富安陽子

新着図書は上記以外にもありますので、各図書館にお問い合わせください。

図書館だより

中央 ☎72-2781 開館時間 10~19時
 井川 ☎78-4311 開館時間 9~19時

- 7月の行事予定
- ・おはなし会 [中央図書館]
 日時:毎週土曜日 11時~11時30分
 - ・おはなしひろば [井川図書館]
 日時:毎週土曜日 10時30分~
- 7月の休館日
- ・中央図書館:毎週水曜日
 - ・井川図書館:毎週火曜日
- 巡回配本日程(7月)
- 4日 三野-芝生小(低学年)-王地小
 - 5日 井川-西井川小(低学年)三野-芝生小(高学年)
 - 7日 池田-川崎小-旧大和郵便局前
 - 8日 池田-三縄駅前-三縄幼-三縄小
 - 11日 井川-井内幼・小-西井川小(高学年)
 - 12日 山城-政友小-山城小
 - 18日 池田-萩田商店前-善蔵幼-善蔵小
 - 19日 池田-馬路小-白地幼・小
 - 21日 東祖谷-祖谷歴史館-認定こども園-東祖谷小中
 - 22日 西祖谷-榊生小 山城-下名小
 - 28日 西祖谷-吾橋幼・小 山城-山城荘前
- ・市内の方ならどなたでもご利用いただけます。
 ・都合により巡回日・時間などが変更になる場合があります。
- イベントのお知らせ [中央図書館]
- ・夏休み宿題応援団! (小学生対象)
 日時:8月1日(金)~5日(火) 18日(月) 19日(火) 21日(木)~23日(土) 10:00~12:00
 場所:三好市中央図書館 シアター室
 講師:三好地区退職校長会有志の皆さん
 共催:三好市教育委員会
 - ・夏休み工作教室「貯金箱を作ろう!」(小学生対象)
 日時:8月2日(土) 10:00~12:00
 場所:中央公民館 4F大ホール
 定員:先着30名(無料、要予約)
 - ・親子で一緒にこつこつ教室(保護者同伴で参加できる方対象)
 日時:8月10日(日) 10:30~11:30
 場所:三好市中央図書館 シアター室
 講師:辻小学校 加藤公夫先生
 定員:先着10組(無料、要申込)
 - 館内展示のご案内 [井川図書館]
 暑い夏、本を読んでひんやりしませんか?いろいろな「ひんやり」を集めて展示いたします。ぜひご覧ください。

Sports

いけだスポーツクラブ 8月教室開設日

教室名	開設日
ヨーガ月曜コース	4・11・18・25
ヨーガ木曜コース	7・21
肩こり予防&リフレッシュ体操	1
フライングディスク	休
さわやかママさん体操教室	28
レッツ体カづくり	27
史跡巡りウォーキング	19(池田 善蔵寺)
社交ダンス	9・23
フラダンス	7・28

教室名	開設日
グラウンドゴルフサークル	毎週月・水・金
キッズ&ジュニアスポーツプログラム	
Jr. バレーボール	11・18・25
Jr. ハンドボール	休
キッズサッカー	2・9・23・30
カワイげんきアップ体操	2・9・23・30

☆場所はすべて池田総合体育館。ただし、社交ダンスは保健センター、フラダンスはフジヤマビル、グラウンドゴルフは吉野川運動公園でオープンスクールとして開放しています。
 ☆都合で曜日や時間に変更になる場合がございます。

いけだスポーツクラブ 26年度会員募集中!
 健康づくりを通して仲間をつくりませんか。

お問い合わせ先
 いけだスポーツクラブ
 (電話 72-5755)

熱中症対策は万全ですか??
 無理はせず、こまめな水分補給を心がけましょう!!
 今年も9月からヒーロー養成教室が始まります

祝 百歳到達 おめでとうございます



6/16 宮内 ウタ子 さん (井川町井内東)

宮内さんは20歳で地福寺に嫁いで以来、住職を支えながら4男4女を育て、孫21人、ひ孫8人に恵まれました。子ども達と旅行をするのが好きで、93歳のときにはドイツやスイスを訪れました。この日は家族の方々から祝福され、県や市からも祝い状や記念品が贈られました。これからもお元気で過ごしてください。

人権(同和)教育・啓発推進功労者表彰を受賞



真鍋 タニ子 さん (井川町西井川)

三好市人権教育推進協議会委員の真鍋タニ子さんが徳島県人権教育研究協議会の平成26年度人権(同和)教育・啓発推進功労者表彰を受賞されました。平成18年度から三好市人権教育推進協議会委員として、積極的に人権問題に取り組み、現在も社会教育の分野で積極的に取り組まれています。

HAPPY BIRTHDAY お誕生日おめでとう! 7月

 池田 1才 1歳おめでとう。笑顔の可愛い悠惺。元気にすくすく育ってね。	 池田 1才 泰輔1歳おめでとう!これからも元気に育ってね♡幸せをありがとう♡	 三野 1才 1歳おめでとう♡これからもパパやママとたくさん思い出を作ろうね!	 三野 1才 笑顔が素敵な環菜ちゃん♡これからも環菜の笑顔でみんなを幸せにしてね♡	 三野 1才 いっちゃん1歳おめでとう!素直ないい子に育ってね☆
 池田 3才 いつも笑顔のなっちゃん。お兄ちゃんと弟と一緒に仲良くしてね。	 池田 3才 笑顔と元気でいっぱい陽くん。みんな大好きだよ♡大きくなあれ!	 井川 2才 笑顔の可愛いももちゃん。これからも元氣いっぱい大きくなってね♡	 池田 1才 “パパ”って言えてパパにっこり。次は“ママ”もよろしくね♡	 池田 1才 1歳の誕生日おめでとう!!樹の笑顔に皆が癒されているよ、ありがとう。

8月生まれのお子様(1歳~3歳)募集中!

①氏名(ふりがな) ②性別 ③誕生月での年齢 ④生年月日 ⑤保護者氏名 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧コメント(30字程度。文字数が多い場合は一部修正することがあります) ⑨ケーブルテレビへの情報提供の可否、を書いた用紙と写真(写真の裏に氏名記入)を三好市秘書広報課までお送りください。8月号の締切は7月20日です。★あかちゃん紹介(HAPPY BIRTHDAY)がケーブルテレビで放送されています。情報提供にご協力をお願いします。★写真はトリミングします。また写真は返却できませんので、ご了承ください。★デジカメ等の場合は、データを秘書広報課まで直接お持ちになるか、Eメール(koho@city.tokushima-miyoshi.lg.jp)でお送りください。