新刊ピックアップ

吹上奇譚　第一話 ミミとこだち

吉本　ばなな／著　（幻冬舎）

海と山に囲まれた吹上町で生まれ育った双子の姉妹・ミミとこだちは、父を亡くし、寝たきりの母を抱えています。逃げるように街を出た双子は楽しく暮らしていましたが、ある日こだちが吹上町に帰ると言い残し、失踪してしまいます。妹を追って吹上町に帰ったミミは、そこで町の秘密、母の正体、自分の特殊な能力に向き合うことになり……。

カンタンだけど法的効力もばっちり！90分で遺言書

塩原 匡浩／著　（ダイヤモンド社）

９マスを埋めるだけで人生の棚卸しができる、不安な気持ちがすっきり解消、相続のトラブルも避けられる。弁護士や司法書士が書くような堅苦しい遺言書ではなく、いまの自分の想いを自由に残せるのが、本書の一番の魅力。何を書くか迷っても、たった90分で遺言書ができる。

オオカミを森へ

キャサリン ランデル／著　（小峰書店）

ロシアの森深く、母親とオオカミたちと暮らす少女フェオ。ある日、残忍なラーコフ将軍が現れ、オオカミを保護した罪で母を連れ去ってしまう。少女はオオカミを連れ、元兵士の少年と共に、母を取り戻すため旅に出る。

このほかの新着図書は、『図書館新着だより』（毎月上旬発行・館内にて配布）をご覧ください。『図書館新着だより』は、市ホームページからもご覧いただけます。

City Library 図書館だより

開館時間（本館）

火曜から金曜　午前９時～午後７時
土・日・月・祝日　午前９時～午後５時
毎月第４木曜日（図書整理日）および年末年始は休館日です。

12月の休館日　12/木28 ～ 1/水3

駐車場のご案内

土・日・祝日は、隣接する（株）青工様、下北建設業協会様のご厚意で両社の駐車場が利用できます。

図書館ご利用について

詳しくはホームページで!

問市立図書館☎ 28-3500
H http://www.city.mutsu.lg.jp

◆12月の日曜シネマ

〈いつ〉10日（日）・24日（日）
いずれも午後２時～
〈どんな〉「いぬのえいが」（96分）
2005年・日本・黒田昌郎、祢津哲久、黒田秀樹、犬童一心、佐藤信介、永井聡、真田敦監督
ドッグフードのＣＭが関係者の思わぬ発言でとんでもないものに変貌していくコメディや飼い犬を失った悲しみを描く感動作など「いぬ」をめぐるエピソードが11の短編からなるリレー形式でつづられる。柴犬、ゴールデン・レトリバー、コーギーなど多数の人気犬が登場する。

◆冬休み子ども映画劇場

子ども向けアニメの上映会をします。入場無料・入退場自由です。
〈どんな〉
12月25日（月）午後２時～（64分）
『みにくいアヒルの子（ウォルト・ディズニー制作の名作アニメ集1）』
※未就学児、小学校低学年向け
12月26日（火）午後２時～（90分）
『ロボッツ』
※小学校中学年以上向け

◆フライング福袋

いろいろなテーマの本が３冊入った福袋の貸出しです。どんな本が入っているかは借りてからのお楽しみ！
〈いつ〉12月20日（水）～27日（水）

◆ふゆのひのおはなし会

読み聞かせボランティアネットワーク「おはなしの木」のみなさんによるおはなし会です。楽しいおはなしがたくさん！赤ちゃんから大人まで、みなさん遊びに来てください。
〈いつ〉12月16日（土）午後２時～

◆年末特別貸し出し

図書館本館および分館は、次のとおり休館となります。
本館12月28日（木）～１月３日（水）
分館12月28日（木）～１月４日（木）
そこで、年末特別貸出期間として次のとおり貸出冊数を増やし貸出期間も延長しますのでご利用ください。
〈実施期間〉12月14日（木）～27日（水）
〈貸出できる数〉
・図書10冊
・雑誌６冊
・ビデオ・ＤＶＤ・ＣＤ・テープ４点
〈貸出期間〉24日間
休館中の返却はブックポストをご利用ください

Healthy Life 健康コーナー

市内産婦人科で受ける「子宮頸がん個別検診」をご存じですか？

子宮頸がん（子宮の入り口にできるがん）は、女性であれば誰でもかかる可能性のある病気です。近年、20～30歳代の若い世代にも増加しています。定期的に子宮頸がん検診を受けることで、がんになる前の「前がん病変」や初期のがんの発見につながり、早期に治療を受けることで９割以上が治癒し、妊娠や出産も可能となります。

市では集団健診の他、市内産婦人科で受ける「子宮頸がん個別検診」を実施しています。予約制なので、短い時間で終了します。土曜日に検診ができる産婦人科もあります。20歳を過ぎたら２年に１回、ぜひ子宮頸がん検診を。

Q１．市の子宮頸がん検診はどこで受けられるの？

市内産婦人科（むつ総合病院、北村医院むつレディスクリニック、中央レディスクリニック）で受けられます。

Q２．申し込み方法や受けるまでの流れは？

①市健康推進課に申し込みをする
ご案内と「子宮頸がん個別検診受診券」が送付されます。
②電話で医療機関に検診日を予約する
検診を受けられる曜日や時間は申し込み後に発送されるご案内をご覧ください。
③予約した日に検診を受ける
持ち物は、子宮頸がん個別検診受診券、保険証、検診料金です。
～後日、子宮頸がん検診結果通知書が郵送で届きます～

Q３．検診料金は？

子宮頸がん個別検診料金は、１,０１０円です。
※ただし、子宮頸がん検診無料クーポン券対象の方、４０歳の無料がん検診対象の方、７０歳以上の方、市民税非課税世帯の方、生活保護の方は無料です。

問健康推進課保健担当　☎ 22-1111 内線 2575

むつ☆健康マイレージ

チャレンジ締切は平成30年２月末!

平成29年度チャレンジ達成者第１回目の抽選でムチュラン賞に当選された川下優子さんの喜びの声。

むつ☆Walkerがスタートしてからずっと、愛犬と散歩しながらウォーキングを続けています。首都圏に住んでいる子どもたちと一緒にチャレンジして、グループでランキングを楽しんでいます。

お得いっぱいの第２回目抽選は３月!
問健康推進課保健担当
☎ 22-1111 内線 2572

健康チャレンジシートで提出された健康川柳
こどもたちの素直な気持ちをご紹介します
ビール飲み　ラーメン　ギョウザ　メタボ道　バクちゃんの娘さん（十六歳）
朝の窓　開ければ元気　わいてくる　みたらし団子さん（十二歳）

赤ちゃん教室

歯の健康づくりはいつからはじめるのか…？歯の健康づくりは赤ちゃんの時期から始まります。

むし歯は保護者からの感染症とも言われています。予防するためには、歯の手入れなど歯に良い習慣を続けることが大切です。

赤ちゃん教室をきっかけに家族全員で歯の健康づくりをはじめませんか？

〈講師〉田中歯科クリニック　田中　志昌　先生
〈いつ〉12月20日（水）午後１時30分～２時20分
受付け午後１時15分～
〈どこで〉下北文化会館　和室
〈対象〉一歳未満の児とその保護者
〈持ち物〉母子手帳、計測希望の方はバスタオル

問健康推進課保健担当　☎ 22-1111 内線 2577

12月の献血受付日程

1日（金）	むつ商工会議所	10：45～12：00
2日（土）	マエダストア苫生店	9：30～12：00
		13：30～16：00
11日（月）	青森県むつ合同庁舎	10：45～12：00
	ファミリーパークたけお	14：00～16：30
13日（水）	ユニバースむつ旭町店	9：30～12：00
		13：30～16：00

健康マイレージ100ポイント

問健康推進課献血担当☎ 22-1111 内線 2587

12月の在宅当番医

3日（日）	どんぐりこどもクリニック	☎ 24-5656
10日（日）	田村胃腸科内科医院	☎ 22-3101
17日（日）	千田医院	☎ 22-2639
23日（土）	中央レディスクリニック	☎ 24-3151
24日（日）	角田整形外科医院	☎ 22-7945
30日（土）	菊池医院	☎ 24-1276
31日（日）	北村医院むつレディスクリニック	☎ 22-2135

〈時間〉午後７時～10時
※変更となる場合がありますので予めご確認ください

問病院案内（下北消防本部）☎ 23-3999

むつ下北薬剤師会 12月の休日お薬電話相談

3日（日）	天馬調剤薬局	☎ 29-0220
10日（日）	たなぶ調剤薬局	☎ 090-7337-7838
17日（日）	公済会薬局	☎ 0120-88-4721
23日（土）	横迎町調剤薬局	☎ 22-0118
24日（日）	金匱堂薬局	☎ 22-3134
31日（日）	公済会薬局	☎ 0120-88-4721

〈時間〉午後６時～10時

問休日お薬電話相談事務局（七福薬局むつ内）☎ 34-9490