



森林セラピー  
通信

森の  
たより

夏本番ー涼やかな森の中へ

今年は何年よりも早い梅雨入りとなり、飯南町でもたくさん雨が降りましたね。森にとっては恵みの雨。草木の緑も一層美しく、濃くなっている飯南町ふるさとの森です。

ふるさとの森のセラピーロードは、コース全体で川の音が聞こえます。川のせせらぎの音には「l/f (f分のl) の揺らぎ」があります。「l/fの揺らぎ」とは、一定の様でいて、実は予測できない不規則なゆらぎ。身近なものだと、私たちの心臓の拍動、自然界では雨音や虫の明滅などたくさんあります。また、一部の歌手の歌声にも「l/fの揺らぎ」があるそうです。人間の身体は、五感を通して外界から「l/fの揺らぎ」を感じると、生体リズムと共鳴し、自律神経が整えられ、精神が安定し、活力が湧くと考えられています。

夏本番を迎える飯南町ふるさとの森

は、適度な木漏れ日と小川の効果で、比較的風通しも良く、涼しく快適です。ぜひ「l/fの揺らぎ」に包まれる森を散策してみてくださいね。



楽しさいっぱい!!  
図書館探検

飯南町立図書館

中央図書館 76-2160  
頓原図書館 72-0301

「夏休み企画」

7月21日～8月23日(両図書館)

●宿題お助けコーナー

課題図書や自由研究の本を展示。図書館オリジナルの「感想文書き方メモ」も用意しています。

●期間限定ポイントカード

貸出冊数や企画に参加して、ポイントを貯めよう。全てのポイントが貯めた人には粗品をプレゼント。

●館内周遊型企画

「ぶくくんを探せ!」  
館内に隠れている7匹のぶくくんを全て見つけて、カードのポイントをもらっちゃおう。

●お助けガチャポン

本選びに迷った時は、ガチャポンを回してみよう(対象:小学生まで)。



●こども工作教室

「カードケースづくり」

対象:小学3年生以上(各館先着10人)

中央図書館

日時 8月16日(月) 11時～

頓原図書館

日時 8月17日(火) 11時～

※参加無料、要申込み(各図書館)

●手作りしめ縄体験会

日時 8月1日(日)

13時30分～15時30分

会場 来島交流センター

内容 壁掛け、机上置きの上め飾りを作ります(要材料費)。

※先着15人、要申込み(中央図書館)

俳句

琴峯俳句会 六月の作品から

サンドイッチ対角線に切つて夏 葉桜となりて知りたる木の容なま  
安部 豊枝 朽木 豊子  
四方すべて青葉でありし映住まい 竹林はいつもトレモロ青嵐  
石田シヅカ 松平富美子  
まだ見ゆる夏帽だけの影いとし オーガニックの夏服海の橋渡る  
垣内 良野 八嶋 敏江  
やわらかく目に沁み入りぬ柿若葉 母作る歌はまつすく梅雨夕焼  
田部智津子 山崎智恵美  
深呼吸青葉すべてを吸ふやうに 水迎ゆ沢蟹の石動かして  
土池 博子 八嶋 昭男

短歌

赤名短歌会 六月例会詠草

ラジオより昭和懐かしレインクレーイ草を引きつつ時を行き来す 星野 敦子  
命日に笹百合は和みありあいつち感じ母と会話す 門所 詠子  
いくとせもササユリ守りしその人の花に寄りそふ笑顔尊し 吉川 咲子  
わけありて社協のお弁当戴きて手作り宅配ボランティアに感謝 澤田 勝登  
書きさして卓に忘れし便箋のブルーの文字を風が繰りゆく 澤田 久美子  
老いてなお健康に過ぐ日々にしてあと如何程のこの平穩か 本間 麗子  
防除する田に照り返る光あり我はまっ白き雲を仰ぎぬ 清原 豊明  
マスク顔の一つとはしの保護者席アタック決まれば熱気沸き立つ 鳥田 勝信  
筍の一枚いちまい皮を脱ぐ青い時間が空へと伸びる 石田フクエ

すこやか

6月届出分

新生児 届出人 地区  
板持 咲菜あんな 寿 弥あんな (下赤名)

やすら

6月届出分

お名前 親族 地区  
小村 悦子えつこ 様 (88) 正 広ひろ (下来島)  
那須 穂志輝ほむき 様 (87) マサキまさき (川 西)  
梶原 百合子ゆかり 様 (92) 耕こう (下来島)  
吉川 幸男ゆきお 様 (87) 大 栄あき (下来島)

今日の人権標語

「家族でつくる人権標語」優秀作品から

ささってる  
釘より痛い  
その言葉

赤来中1年 倉橋 瑞季みづきさん  
家族名 倉橋 直之なおゆきさん

標語に込められた思いを町民みんなで意識し、差別や偏見のない明るいまちづくりをめざしましょう。

今日の表紙

町内のある森の中で、ヒメボタルとゲンジボタルに出会えました。徐々に暗くなる森の中にあるのは、「とても怖かった」というのが正直なところ。そんな私を感動させてくれたのはホタルの光でした。  
※点の光がヒメボタル、線の光がゲンジボタル



(20秒露光、6枚重ね)