

7月・8月 開館カレンダー											
北千里児童センター						北千里地区公民館					
7月						7月					
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22
28	29	30	31				25	26	27	28	29
北千里図書館						北千里図書館					
7月						7月					
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22
28	29	30	31				25	26	27	28	29
北千里児童センター 午前10時～午後6時						北千里児童センター 午前10時～午後6時					
休館日 年末年始・施設点検などによる臨時休館あり						休館日 年末年始・施設点検などによる臨時休館あり					
北千里地区公民館 午前10時～午後10時						北千里地区公民館 午前10時～午後10時					
休館日 毎週火曜日 祝日の翌日 年末年始						休館日 毎週火曜日 祝日の翌日 年末年始					
北千里図書館 午前10時～午後8時						北千里図書館 午前10時～午後8時					
休館日 毎月最終火曜日 年末年始 特別整理休館日						休館日 毎月最終火曜日 年末年始 特別整理休館日					
最寄駅 阪急電鉄千里線「北千里駅」徒歩3分 阪急バス「阪急北千里駅」徒歩3分						最寄駅 阪急電鉄千里線「北千里駅」徒歩3分 阪急バス「阪急北千里駅」徒歩3分					



まちなかりビング北千里

〒565-0874 大阪府吹田市古江台3丁目8番1号

代表電話・北千里地区公民館

電話 06-6834-2921 FAX 06-6155-8278

北千里児童センター

電話 06-6833-6211 FAX 06-6155-8122

北千里図書館

電話 06-6834-2922 FAX 06-6834-2944

指定管理者 TRC北千里共同事業体

電話 06-6155-8277

URL:https://machikita.jp Instagram:@machikita.jp



WEB SITE



Instagram

MACHIKITA DAYS 7月号 (2024年7月1日発行)

編集発行：指定管理者 TRC北千里共同事業体

この冊子は400部作成し、1部当たりの単価は17.9円です。

Event Information

えほんで学ぶおたのしみ会

えほんの読み聞かせで食育♪

日時：7/13 (土) 14:00-14:30

場所：1階 乳幼児室

対象：幼児と小学生20名 ＊先着順
(幼児は保護者同伴)

申込：不要

千里金蘭大学栄養学部栄養学科「読み聞かせ隊」のみなさんが、食事の大切さを考えるきっかけ作りに、絵本や紙芝居を読んでくれるおたのしみ会です。今回のテーマは

「七夕」。気軽に遊びに来てね！

まちきたおたんじょう会

日時：7/16 (火) 11:30-11:50

場所：1階 乳幼児室

対象：幼児とその保護者
(誕生日以外のお子様も参加可能)

申込：不要

お誕生日のお祝いに絵本の読み聞かせと

おすすめ絵本の紹介をします。誕生日の

お子様にはフォトカードをプレゼント！

虐待の淵を生き抜いて

～人にも自分にもあたらない
社会をめざして～

日時：8/29 (木) 13:30-15:00

場所：2階 会議室1-3

定員：60名 ＊先着順

申込：電話・申込フォーム 申込フォーム

受付期間：8/4(日)より受付開始

講師の島田妙子さんは「児童虐待の予防」

に向けての自叙伝を執筆され、「大人の心

を助ける」講演活動を積極的に行ってい

ます。実体験を基にした話はメディアでも定

評を得ています。



＼まちなかりビング北千里ニュースレター／

MACHIKITA DAYS

7月号

北千里の「時」と「人」をむすぶ 開かれた暮らしの中の交流拠点

2024/7/1発行



まちきたで熱中症予防★

撮影場所「榎ノ木公園」

今月の表紙「蛇口ひねれば 水飲める ありがたさよ」

まちきたで熱中症予防★

まちきたの「学び人」の哲学に迫る わたしの学び哲学／

大和大学 株式会社ヴェリダス 子どもユニットそらまめ 清水 麻弘 さん

まちきた図書館員の偏愛本棚／私のイチ押しマンガはこれだ！

☀ まちきたで熱中症予防 ☀

7月☀梅雨が明けると、本格的な夏到来！日中は強い日差しを浴び、日が暮れても熱帯夜では体温調節がうまくできず、熱中症を発症しやすくなります。体調を崩さないために、まずはこまめな水分・塩分補給を心がけましょう。まちきたには、**2つのウォーターサーバー**があります。水分補給にぜひご活用ください。

<児童センター>
ペダルを踏むタイプのウォーターサーバー。小さなお子さま用に踏み台をおいています。コップがすいとうをつかってね！



児童センターではストローマグなど中身のこぼれないものであれば、どこでも水分補給できます。

児童センターにはすいとうおきばが2かしょあります。ここにすいとうをおいてね！



<2階ホール>
常温水と冷水が出るウォーターサーバー。マイボトルをご持参ください。



＼熱中症予防対策をご紹介／

01.

色々な方法で水分補給をしよう

夏野菜や果物は、90%以上が水分です。特にキウイはミネラル、ビタミン、食物繊維が豊富。スポーツドリンク、経口補水液も熱中症予防に適しています。

02.

3食きっちり食べよう

3度の食事をきっちり摂るだけで熱中症予防になります。食事内容にもよりますが、1食およそ500ミリリットル程度の水分が摂取できます。

03.

睡眠をしっかりとう

睡眠不足になると、自律神経がうまく機能せず、体温をコントロールできなくなり、熱中症になります。十分な睡眠を心がけましょう。

<参考文献> いのちを守る水分補給 谷口英喜/著 評言社

8月『夏休みまちきた子どもベース』で小学生の居場所作りにご協力いただける、大和大学こどもユニットそらまめ 清水麻弘さんの「学び哲学」に迫ります！

■ 今後の夢や目標、挑戦してみたいことは何ですか？

現在はありがたいことに多くのイベントに呼んでいただき、子どもたちが楽しめる遊びやブースを多く展開しています。それらの経験を活かし、私たちが主体となってイベントを企画したり学習機会を設けるなど行っていきたいです。そらまめがいる場所が子どもたちの居場所になるという目標に近づければと思っています。また子どもたちの賑わいは地域活性化にも繋がるので、直接的ではなくても社会に良い影響を与えていければと思います。

■ おすすめの本を教えてください。

私のおすすめの本は、青山美智子さんの

「木曜日にはココアを」という小説です。

この本は12の短編から構成されており、

そこに登場する人物が少しずつ関連してい

る連作短編集です。読んだ際それぞれの繋

がりにワクワクしながらも、心温まるやさ

しい物語で、人間性が高まる良い作品だと

感じました。回り回った縁が戻ってくると

小説から感じ、今の自分の活動も何かの

縁になれば嬉しく思います。



木曜日にはココアを
青山 美智子/著
宝島文庫

まちきた図書館員の偏愛本棚

今月のテーマ

私のイチ押しマンガはこれだ！

北千里図書館の図書館員たちが「本当に好きな本」「読んで欲しい本」を毎月紹介し、読者のみなさまを、まだ見ぬ読書の世界へと誘うコーナーです。今回は隠れた名作マンガを紹介します。すべての資料は、吹田市内の図書館に所蔵しています。

01

ヒストリエ vol.1
岩 明 均 / 著 講 談 社

『寄生獣』の岩明仁が描く歴史大作

紀元前のギリシャを舞台に、実在したアレキサンダー大王の書記官エウメネスの波瀾万丈の半生を描いた物語。上流階級育ちの少年期から一転して奴隷の身分になるも、己の知力と身体能力を武器に、どんなピンチにも挫けず人生を切り開いていく若き主人公。その姿は何度読み返してもしびれます。第16回手塚治虫文化賞マンガ大賞受賞作。



02

彼方のアストラ 1
篠 原 健 太 / 著 集 英 社

超大作映画を観たかのような読後感

西暦2063年、宇宙への航行が当たり前になった近未来。惑星キャンプに参加した少年少女9人は目的地より遠く離れた宇宙に突然放り出されてしまう。宇宙船アストラ号に乗り、助け合いながら故郷の星へ帰還するまでのSFサバイバルマンガです。伏線が散りばめられ、笑いあり感動ありの全5巻。



03

蟲 師 1
漆 原 友 紀 / 著 講 談 社

怪しき現象を体感できる！

蟲とは生命の原生体。蟲とヒトを繋ぐ者を蟲師と呼ぶ。蟲師である主人公が蟲によって引き起こされる様々な出来事に向き合う物語。明るいつい結末だけでなく、哀しい結末や残酷な結末もあり、自分の中の色々な感情が揺さぶられるところが好き。一話完結で読みやすく、昔話や民話のような懐かしさも感じられる傑作です。全10巻。



まちきたの「学び人」の哲学に迫る 「わたしの学び哲学」

『File15』 大和大学 株式会社ヴェリダス

子どもユニットそらまめ 清水 麻弘 さん

■ 大学ではどんなことを学んでいますか？

現在、大学では現代社会学を主に学んでいます。社会が抱える様々な問題、例えばジェンダーや環境、地域といったテーマがあり、それぞれの問題に広い視点を持って、起こった要因や今後起こりうる新たな問題を考える力をつけています。これらの問題が他人ごとではないことを理解し、専門的な視点を持つことで、今後自分自身で何か社会に対して良い働きかけができればと思っています。

■ そらまめ（子ども支援）について教えてください。

主に吹田市を活動場所とし、私たちが大学生だからこそできることを、子どもたちに届けています。子どもたちにとって、楽しみや学びを通して多くの経験ができるような居場所作りがしたいという理念のもと頑張っています。子ども食堂を開いたり、子どもが訪れるイベントでは遊びを実施することで、子どもたちに笑顔になってもらうためにそらまめ一同活動をしています。

■ 活動する中ででのやりがい、意識していることは何ですか？

来てくれる子どもたちの笑顔や「ありがとう」の言葉が、一番のやりがいです。どれだけ疲れていても、子どもたちが楽しんでいる様子を見ると、頑張ってきたと心から思うことができます。そして、その後の活動にも良い影響を与えてくれます。意識していることは、子どもたちにいかに楽しんでもらえるか学んでもらえるかを考え、ただ遊ぶという機械的な状況にならないように企画・活動を行っています。またお話をするときには視線を合わせるなど、心を開きやすい状況を作るようにしています。