

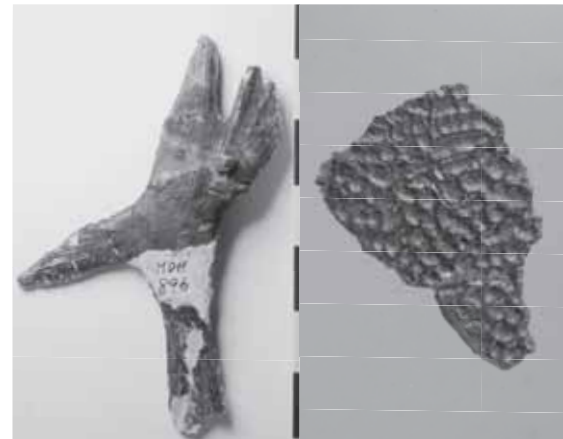
スッポンは御船の池や川にも生息している水棲のカメです。スッポンモドキと比べると、低温に強く、本州やロシア沿海州など気温が低い地域にも分布しています。スッポンは甲羅の表面に角質を持っていないため、表面が柔らかくなっています。昼間は砂にもぐっていることが多く、スッポンモドキほどではありませんが、水中生活に適した体のつくりをしています。

現在のスッポンの祖先にあたるスッポンのなかま(スッポン科)のカメの化石が御船層群から発見されています。白亜紀の御船にいたスッポンも現在と同じように角質の甲羅を持っています。

恐竜時代への旅

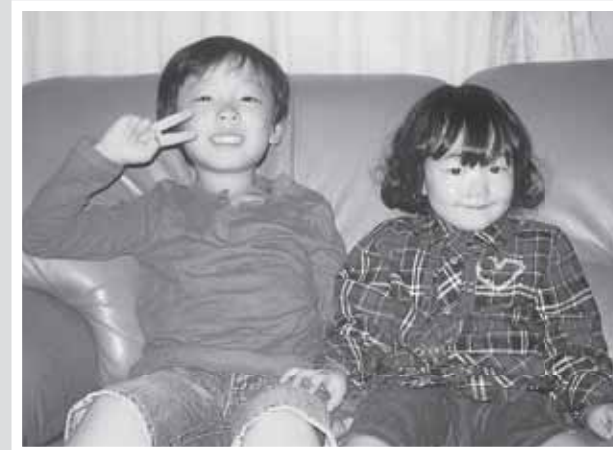
第17話

スッポン



DATA
御船層群のスッポンの化石。
背中側の甲羅(右)と腹側の甲羅(左)

子育て日記



長男・颯 梧くん (5歳・左)
長女・悠 里ちゃん (2歳・右)

なかよく大きくな〜れ!

わが家の子どもたちは、とっても優しい長男の颯梧、元気いっぱい明るい悠里の2人兄妹です。甘えん坊だった颯梧でしたが、悠里が産まれてからは少しずつお兄ちゃんらしく、悠里の面倒を見てくれたり、わたしの手伝いをしてくれてとても助かっています。そんなお兄ちゃんを見て育った悠里も家族のお世話をしてくれたり、お兄ちゃんが怒られている時、「泣かないで!」となぐさめたりして、皆を笑わせています。子育てのことで色々悩む事もありますが、家族や周りの人に支えてもらい、親子で成長しています。これからも笑顔の絶えない、明るい家庭を築いていければと思います。

(文・写真/中島恵美お母さん・辺田見)

Book おすすめ 今月の本

親が75歳になったら読む本

林 千世子 著

子どもは親の介護を引き受けなければならないのか。いまどきの介護事情や介護に関して知っておきたいことを紹介する。



おいしいおと

三宮 麻由子 著
ふくしまあきえ 絵

春巻きを食べるとどんな音がする?ある日の食卓にはおいしい音が勢ぞろい。これを読んだら食事がよりいっそう楽しくなること間違いなし!!



九重の雲

東郷 隆 著

幕末の京都、明治の薩摩で「人斬り半次郎」と怖れられた男の真実とは一。



新刊書情報

9月は42冊の本が入りました

- 一般書(24冊)
小説/悪人 上・下 (吉田 修一 著)
人生訓/タンポポな生き方 (猪口 孝 著)
医学/みんなのための家庭の歯学 (青木 博之 著)
- 児童書(18冊)
よみもの/ねえ、あそぼ (長野ヒデ子 著)
植物/畑の土から芽がでたよ (松尾 洋子 著)
よみもの/おじさんとすべりだい (たにぐちくにひろ 著)

ストレス蓄積のサイン

皆さんの身近に、このような人はいませんか?

- | | |
|--------------|--|
| 1 元気がなく表情が暗い | 5 体調不良の訴え
(頭痛、動悸、めまい など) |
| 2 会話の減少 | 6 仕事や家事の能率低下 |
| 3 食欲の低下 | 7 飲酒量や喫煙量の増加 |
| 4 夜眠れない | 専門機関
●県精神保健福祉センター
☎356-3629
●県精神保健福祉協会
☎356-0110 |

健康は、自分で守るものという考え方があります。しかし実は、気を張って頑張りすぎている人ほど、健康の低下に気づきにくいものです。特に心の健康が低下すると、本人では気づくことが難しいため、身近な家族や友人、職場、近所の人が心のサインに気づくことが重要です。

ストレスは生活の中で避けることはできませんので、ストレスを溜め込まないことが一番大切です。さらには、周囲の人が声をかけて、じっくりと話を聞いてあげてください。それでも深刻な状況であれば、休養や専門機関への相談を勧め、あげる気配りも必要です。

気づいてくださったら「Yes!!」——

健康へのエント

