

## インフルエンザに注意!

師走ともなると何かと慌ただしく、疲れがたまり体の抵抗力が低下するため、インフルエンザに感染しやすくなります。インフルエンザは重症化すると死に至ることもある怖い病気です。早めの予防対策を心掛けましょう。

### ◎予防のポイント

- ・ワクチンによる予防接種
- ・外出後は手洗いとうがい
- ・人ごみを避け、外出するときはマスクを着用
- ・咳をするときは、ティッシュなどで口と鼻を覆う
- ・バランスの良い食事と十分な睡眠
- ・適度な湿度を保つ



**インフルエンザかな?と思ったら、早めに医療機関を受診しましょう。**

◎問い合わせ…

安達地方広域行政組合 消防本部・北消防署 ☎(22)1211

## 消費生活センターからのお知らせ

消費生活に関するさまざまなトラブルに対して、市では専門の相談員を配置し、解決のためのサポートを行なっています。お気軽にご相談ください。

**相談日** 月曜から金曜(祝日および年末年始は除く)

**相談場所** 市役所本庁1階(生活環境課前)

**受付時間** 午前の部: 9:00~12:00

午後の部: 13:00~15:00

◎問い合わせ…消費生活センター ☎(24)7200

## 11月の市内商品価格 ~お買い物の目安にしてください~

品目	規格	今月調査 平均価格(円)	10月調査 平均価格(円)	対10月比 (%)
塩さけ	甘塩切身100g	169	170	▲0.5
キャベツ	1kg	137	154	▲11.0
豚肉	もも肉中100g	164	164	0.0
鶏卵	Mサイズ1パック10個入り	195	185	5.4
みそ	赤みそ1kg	275	307	▲10.4
砂糖	上白糖ポリ袋1kg入り	212	229	▲7.4
灯油	白灯油18L(配達)	1,432	1,439	▲0.4
LPG	家庭用10m <sup>3</sup> 使用価格	7,794	7,848	▲0.6

◎問い合わせ…生活環境課市民生活係 ☎(55)5102



## 図書館だより Nihonmatsu City Public Library

今月は二本松図書館の新书推荐をご紹介します。



### 『寛容力のコツ』

下園 壮太/著  
(三笠書房)

忙しい時ほど、心穏やかにいたいもの。ささいなことで怒らない、ちょっとしたことで傷つかないための「寛容力」の高め方を提案します。



### 『クリスマスがちかづくよ』

齊藤 倫/文 くりはら たかし/絵  
(福音館書店)

セロはクリスマスが嫌い。ママは仕事で忙しいし、パパは冬になると遠くに出かけてしまうから。セロが思い切って、その理由をたずねてみると…。

### 二本松図書館 ☎(23)5082

休館日 12月4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)、28日(木)~1月3日(水)

#### おはなしのへや

日 時 12月2日(土) 11:00~11:30

場 所 二本松図書館

内 容 「きょうだいの絵本」

♪おはなしボランティア募集中!

#### 冬のとしょかんまつり

日 時 12月10日(日) 10:30~11:45

場 所 二本松図書館

内 容 楽しいおはなし会、工作タイム、サンタさんがやってくる!

### 岩代図書館 ☎(55)3255

休館日 12月4日(月)、11日(月)、18日(月)、23日(土)、25日(月)、28日(木)~1月3日(水)

#### クリスマスおはなし会

日 時 12月16日(土) 10:00~11:00

場 所 岩代図書館、旭住民センター

内 容 ゲーム、おはなし、つくってあそぼうなど

悩みを来年に持ち越さない。相談は12月28日まで



日本司法支援センター  
法テラス二本松

☎050-3381-3803

二本松市本町1-60-2  
(駅から徒歩5分・図書館前)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
弁護士	弁護士 行政書士 社会福祉士 社会保険労務士	弁護士 司法書士	弁護士 税理士 建築士 土地家屋調査士	弁護士

予約受付: 平日9時~17時 / 相談時間: 10時30分~15時30分



自然が奏でる やすらぎの宿

樫平

ふたのら温泉 温泉宿  
くぬぎだいらホテル

〒964-0074

福島県二本松市岳温泉2-8

TEL. **0243-24-2626**

<http://www.kunugidaira.com>