

12月1日から、従業員数が50名以上の事業所ではストレスチェック制度が義務化されます。個人個人の精神的なストレスを毎年一回チェックして、精神的な不調を予防するためです。また、個人に対する周囲のサポートについてもチェックすることになっていて、職場や同僚・上司にストレスの原因がある場合には、その改善につなげる狙いもあります。人は集団になると感情のすれ違いでトラブルになることがあります。人間の心には、自分の頑張りや他人からの評価以上に高く評価してしまう癖があります。そのため、他人からの評価が辛口だと感じやすく、ストレスの原因となったり、給料への不満となったりします。

また、上司から仕事上で必要な指示を受けただけにもかかわらず、「自分が低く見られた」という不満を持つ人もいます。人は「自分のほうが他人よりも優れている」と思いたい欲望があり、時にその思いが強すぎると、トラブルに発展することがあります。グリム童話の「白雪姫」では、お姫様がいつも魔法の鏡に「お姫様が世界でもっとも美しい」と答えさせていますが、鏡が「白雪姫がもっとも美しい」と答えると、お姫様は白雪姫を亡き者にしようとして白雪姫に毒りんごを渡してしまいます。白雪姫がいてもお姫様の美しさは変わらなかった



はすでしたが、優越感を独り占めできなくなってしまうと考えたお姫様の不安と怒りが、自身を悪い魔女に変えたのです。自分に自信を持っていたら、魔法の鏡が何と答えようと怒る必要はなく、防げた悲劇でした。コスト削減が厳しく求められる現在、それぞれの職場には、その仕事に適した最小限の人材が配属されています。自分が自信を失ったお姫様のようにならないために、「自分の仕事は社会や地域形成にしっかりと役立っている」と思いを巡らせてみることをおすすめします。



【病院便り】  
多古中央病院の受付時間は午前11時30分までとなっております。それ以降は、医師も検査や手術などで対応できないこともあるため、受診前に必ず確認の電話をお願いいたします。

76-2211

# 募集します！

〈平成28年4月1日採用〉

## 学童保育所指導員

職 種 ● 学童保育所指導員（臨時職員）  
資 格 ● 60歳位までで、保育士の資格、幼稚園教諭の資格または養護教諭の資格のある方  
勤務場所 ● 多古学童保育所（※旧多古幼稚園 多古町多古2540-1）・久賀学童保育所・中村学童保育所  
職務内容 ● 小学校低学年児童の保育（宿題の指導や助言、絵本の読み聞かせ等）  
勤務日 ● 週3日程度（日・祝日を除く）  
勤務時間 ● 1日5時間～6時間  
登校日：下校時から午後7時  
休校日：午前8時から午後1時  
または午後1時から午後7時  
賃 金 ● 時給960円  
手 当 等 ● 通勤手当、労災保険  
提出書類 ● 履歴書、資格を証明する写し  
申込期限 ● 随時受付

お申込み・問合せ ●  
子育て支援課こども係 ☎76-5412  
(〒289-2292 多古町多古584)



## 多古町図書館臨時職員

職 種 ● 図書館司書 1～2名  
資 格 ● 司書免許  
勤務場所 ● 多古町立図書館（※旧多古幼稚園 多古町多古2540-1）  
職務内容 ● 図書館の司書業務  
勤務日 ● 週3日～5日程度  
勤務時間 ● シフト制（勤務時間 7時間45分）  
賃 金 ● 日給7,440円  
手 当 等 ● 通勤手当、労災保険（町臨時職員の規定による）  
提出書類 ● 履歴書、司書免許の写し  
申込期限 ● 平成28年1月31日（日）

お申込み・問合せ ● 生涯学習課社会教育係  
☎76-7811 (〒289-2241 多古町多古2855)



## 俳句

秋の風検問通る放射能  
秋の蚊に刺されて源氏物語  
天高し鴉をちやかす鳶の輪  
吹くとなくかたりことりと秋の風  
秋の夜や若者の死へ長き経  
声高く運動会の応援歌  
秋の蚊とわれと硝子の内と外

## 短歌

この宵は蟋蟀近し土間に置く青菜の籠に潜みて鳴けり  
継ぐ人のなき家守り六十年雨戸を繰るに秋雨の音  
車椅子の姑を看たりし遠き日よいま百日紅の道我が押しされゆく  
七草を活けむと山路歩きたり出合いし女は芒抱えて  
野アケビの今年の生りは如何かと画材探しに出かけ行く夫  
玄関に入れど君の声聞けず遺影となりて迎えくれたり  
孫の絵の人々はみな笑顔なり学童保育に委ねしは宜し

田町 渡部 健	染井 みちのくたろう	水戸 鈴木やすし	喜多 瓜生 恒子	南中 木内 慶子	水戸 高岡 克子	仲町 香取 省吾	高野前 鈴木沙和子	大高 藤井 たか	本町 浅野 婦久	林 高橋 宏子	染井 佐藤 登久	南玉造 秋山 絢子	南玉造 越川 節子
---------	------------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------	----------	----------	---------	----------	-----------	-----------

## ストレスチェック制度について

文／国保多古中央病院 内科 宇都宮隆法

はすでしたが、優越感を独り占めできなくなってしまうと考えたお姫様の不安と怒りが、自身を悪い魔女に変えたのです。自分に自信を持っていたら、魔法の鏡が何と答えようと怒る必要はなく、防げた悲劇でした。

コスト削減が厳しく求められる現在、それぞれの職場には、その仕事に適した最小限の人材が配属されています。自分が自信を失ったお姫様のようにならないために、「自分の仕事は社会や地域形成にしっかりと役立っている」と思いを巡らせてみることをおすすめします。



## 私の一冊

### 『ピブリア古書堂の事件手帖』

この本は、表紙のイラストが漫画のようで手にしづらい方もいると思いますが、ミステリーが好きなお人や謎解きに興味のある方はもちろん、本を読むことが苦手な人にも短編でさらさらと気軽に読めるのでおすすめです。

北鎌倉にある「ピブリア古書堂」の店主・篠川茉莉子とアルバイトの五浦大輔が、客が持ち込む古書にまつわる事件の謎を解き明かしていく物語です。普段は内気で人見知りですが、本のこととなると危険をかえりみない葉子をハラハラしながらもいざとなるとボディガードのように守る大輔とのコンビは微笑ましいものです。また、この本の中に出てくる古書に関する詳しい内容や解説書きをした



本植人：田野勝江さん（十歳三）

人物など古書にまつわる「なるほど」といった情報が豊富で興味がわきます。この本を読んだことで本来は手にすることはなかった古書に出合えたことはうれしく、堅いイメージのある日本文学を苦手とする私でも借りて読むことができました。

私は、公民館に図書室があった時から利用していて、一つの作品が面白いと同じ作者の本を探して読みます。この本に登場したような古書は、書店ではあまり扱っておらず、手に入らないことが多いので、図書室にない本でも他の図書館から取り寄せてくれたりして探してもらえ、町の図書室はとても便利です。これからもいろいろ本を読んで良い作品に出合いたいと思います。

## 42年目



『ピブリア古書堂の事件手帖』  
作：三上延  
発行：メディアワークス文庫

鎌倉の片隅でひっそりと営業をしている古本屋の年若い女主人は、初対面の人間とは口もぎけない人見知りだが、本には人一倍の情熱を燃やす。古書の知識は並大抵でない彼女は、古書にまつわる謎と秘密を解き明かしていく。

今回紹介した本は、プラザ図書室に置いてあります。リクエストにもお応えしますので、お気軽にご利用ください。  
■コミュニティプラザ図書室  
☎79-3406  
開館時間：午前8時30分～午後5時  
【休館日】毎週月曜日・祝日  
年末年始はP20をご覧ください。