



睡眠の役割

- 脳・身体の休養、疲労回復
- 脳の加熱を防ぐための体温下降
- エネルギーの保存
- 身体の成長(成長ホルモン分泌)
- 免疫機能増加
- 記憶の固定

うきは市 子育てと教育を進める集い

8月17日、白壁ホールで「子育てと教育を進める集い」が開催され、久留米大学医学部神経精神医学講座教授の内村直尚さんに「『寝る子は育つ、寝る親も育つ』～睡眠教育のススメ～」という演題で、睡眠時間や就寝時間などの子どもの成長に大切なことをご講演いただきました。

「うきはん茶」の売上げを市に寄附

うきは茶振興会（堀江昭一会長）から8月21日、市の地産地消・食育の推進のために、昨年度の「うきはん茶」の販売収益金から13万3,440円（1本1円）の寄附をいただきました。当会は、昨年度に売り上げ100万本を達成され、また、今年8月に創設10周年を迎えました。今後は環境問題に配慮した製品の開発に取り組まれていくことなどを市長と意見交換されました。



ふるさと大使 平川新氏 講演会

8月10日、るり色ふるさと館でふるさと大使の平川新さんに「浮羽出身の新撰組隊士 篠原泰之進～なぜ庶民が剣士になれたのか～」というテーマでご講演いただきました。

篠原の生い立ち活躍、また浪士組（新撰組になる前の組織）や新撰組における身分構成について話され、今まで習ってきた江戸時代の世界観、制度が違う見え方ができるのではないかと話されました。