



図書館だより

2024年冬号

あけましておめでとうございます。

今年の十干は、甲(きのえ)で、十二支は辰(たつ)ですので、干支は甲辰(きのえたつ)となります。甲辰には、「成功の芽が成長し、姿を整えていく」といった意味があるそうです。

勉強、仕事、趣味、いずれにおいても、頑張ってきたことに成果が現れる年になるといいですね。

図書館からのお知らせ

《無償で雑誌の配布をします》

令和3年4月から令和4年3月まで、皆さまにご利用いただいた雑誌を無償配布します。

日 時	①1月27日(土) 午前9時～午後5時
	②1月28日(日) 午前9時～午後5時
	③1月30日(火) 午前10時～(無くなり次第終了)
場 所	すこやかセンター2階 保健指導室
対象者	①は、在住・在勤の方 1人につき5冊まで
	②は、どなたでも 1人につき5冊まで
	③は、制限なし(どなたでも、何冊でも)
その他	・混雑緩和のため、会場内の状況により、人数制限をさせていただく場合があります。 ・開始時間前の事前受付を取りやめています。開始時間になりましたら、その時点で2階の廊下にお並びいただいている方に順番で番号札をお渡ししますので、ご自身の番号が呼ばれましたら入場をお願いします。

これからのおはなし会

※事業は状況により延期・中止となる場合がございますので、図書館ホームページ等をご確認ください。

☆おはなしぶくぶく☆(乳幼児向け)

日にち 1月16日(火)、2月6日(火)、3月5日(火)

時 間 各回とも午前10時30分～

☆コアラのおはなし☆(幼児・小学生向け)

日にち 1月6日(土)、2月3日(土)、3月2日(土)

時 間 各回とも午前10時30分～

☆としゃかんおじさんのおはなし☆(乳幼児向け) ※おりがみ教室は各回とも午前9時30分～

日にち 1月20日(土)、2月17日(土)、3月16日(土)

時 間 各回とも午前10時30分～

☆こんにちは赤ちゃん&ブックスタート☆(乳児向け) ※ブックスタートは対象者のみ

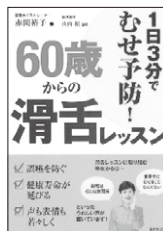
日にち 2月27日(火)

時 間 午後2時～



「60歳からの滑舌レッスン」

赤間 裕子／著 山内 積／監修 世界文化社／出版者



最近声を出していますか？声を出す機会が減ると口腔機能が衰え、むせやすくなったり、滑舌が悪くなったりします。しかし、声を出すことを意識的におこなえば、咀嚼力や嚥下機能の向上につながります。

本書では、1日たった3分で気軽に取り組める滑舌レッスンが3段階で紹介されています。450通りもパターンがあるので楽しく続けられますよ。

図書館員がえらんだ おすすめの本

今回のテーマは「輝いている人」。新しい一年を迎えて、前向きに生きるために、その指標となるような本を集めました。

ドイツの女性はヒールを履かない

サンドラ・ヘフェリン／著 自由国民社／出版者



ドイツの人は「歩きやすい」靴を大事にします。なぜなら、ドイツの人にとって「散歩」は欠かせないものだからです。他にも「睡眠」や「香り」など、「心地よく過ごす」ことを重視するドイツの文化。自分らしく、ゆったりと生きている…。そんな「ドイツ流」をちょっと取り入れて、「ほどほどに、がんばる」自由でハッピーな生活をしてみませんか？

88歳ひとり暮らしの元気をつくる台所

多良 美智子／著 すばる舎／出版者

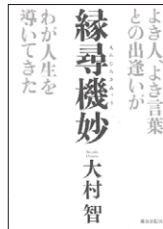


8人きょうだいの7番目に生まれた多良美智子さん。

食べることが大好きで、一人暮らしになってからも自炊をしています。65歳のときには調理師免許を取得し、「体に良い」とされるものは、積極的に取り入れるようにしています。おいしいごはんを食べられる体でいるために、健康に気をつかうことを大切にしています。

縁尋機妙

大村 智／著 致知出版社／出版者



夜間高校教師からノーベル賞受賞者となった大村智氏。世界4億人余を病魔から救った、抗寄生虫薬イベルメクチンを開発しました。研究の傍ら、大村氏が人との出会いを通して、どんな言葉に出会い運命を拓いてきたのか。

エッセイや対談などを中心に収録。「少年達へのメッセージ」もあり、自らの経験を次世代へと伝えていこうとする強い意志が感じられる一冊です。



◀図書館ホームページ



X(Twitter) ▶

●問合せ先 すこやかセンター内図書館