

図書館だより

No.354 2021/8/26

都農町民図書館
都農町大字川北5448番地2
【開館時間】 9:30~18:00
【電話】0983-25-3316
【HP】http://tsuno-lib.jp/

まだまだ暑い日や大雨の日が続きますが、コロナ感染がなかなか終わりませんね。夏休みやお盆休みなど、楽しい時期に残念に思われている方も多いことでしょう。終わりの見えない自粛生活にあきあきしている方は是非図書館へ息抜きにいらしてください。大人の方でもDVD視聴出来ます。懐かしい映画などもきっと見つかると思いますよ。

社会福祉協議会よりお花のプランターをいただきました。「夏休みボランティア体験花いっぱいになーれ」という催しで、小学生と老人クラブ連合会役員のみなさんが植えてくれたものです。ありがとうございます。



夏休みわくわく講座

<貯金箱作り> (8/2)

<小物入れ作り> (8/9)



宮崎県独自の「緊急事態宣言」が発令されていますが、図書館は通常通り開館しています。来館のさいには、マスク着用を徹底していただき、体調の良い時にお越しください。



9月の休館日

- ◆毎週火曜日
- ◆20日(月) 敬老の日
- ◆23日(木) 秋分の日
- ◆30日(木) 資料整理日

館内特集 セルフケアで健康、長生き!

夏の疲れでなんとなく調子が悪い……
そんな体のためにセルフケアの本を特集します。

疲れがスーッと消える!超脱力こんにゃく体操
畠山 真弥著

カラダをゆるめると疲れがとれる、ゆがみが消える、こり・はり・痛みがなくなる…。誰でもかんたんに、決してがんばらずに、究極にカラダをゆるめることができる「こんにゃく体操」を写真とイラストで紹介する。

与論島の山さん
山 悦子著

薬草に託す思い、受け継がれる美德「トトウガナシ」、
“与論のたましい”先祖崇拜…。年間300人以上が訪れる薬草研究家・山さんが、どんなときも心を満たす豊かな人生のヒントを語る。「かんたん薬草料理」レシピ付き。

若杉ばあちゃん食養語録
若杉 友子著

野菜の声に耳を傾けること、野草の生命力に直にふれること。そこから教えられることは無尽蔵や…。若杉ばあちゃんが伝えたい「食養の知恵」の集大成。先人たちの知恵が詰まったレシピや、野草を使った伝統的当て法も紹介。

カラダが変わる!自律神経セルフケア術
小林 弘幸講師

疲れ、イライラ、睡眠…。さまざまなカラダの不調に対して、自律神経がどういう仕組みで影響を与えているのかを読み解き、その不調を整えるセルフケアを紹介。

気がつけばドッキョロージン
澁澤 幸子著

愚痴はいわない。家事は完璧にしなくていい。最重要課題は食べること。由緒正しい独居老人である著者が、独居老人のメリット、デメリットをクールに考えて、元気に、楽しく、充実した独居生活を送るノウハウを紹介する。

現役長寿医に学ぶ極上の老い方
荒川 典子著

今も診療を続ける、元気な医師たちの大養生学とは。フルタイムの勤務をものともせず、生涯現役である事を当たり前としている、80歳以上の医師7人の養生ライフを紹介。絶対にまねしたい長寿医の養生習慣も掲載する。

NEW

新着図書案内

直近1カ月購入・寄贈のうち、32冊をご紹介します。

【日本の小説】	兵諫
<p>二・二六事件の死刑囚が語る蹶起の真相。西安事件の被告人が訴える叛乱の首謀者。日本と中国の運命を変えた2つの兵乱には、いかなるつながりがあったのか。軍事法廷ミステリー。『小説現代』掲載を書籍化。 浅田 次郎著</p>	

【ファンタジー】	亜ノ国へ
<p>不妊治療の末、離婚した塔子。帰った故郷で見つけた亡き祖父のトランクは、異世界への扉だった。魔力が支配する過酷な世界「亜ノ国」に飛ばされた塔子は、村の娘ムリュの世話係を任せられ…。『日本農業新聞』連載を単行本化。 柏葉 幸子著</p>	

【伝記】	闇の盾
<p>人知れず「権力者」たちが処理してきた事件、トラブルの数々。その陰には必ず、この男がいた。危機管理会社・日本リスクコントロール社長の寺尾文孝が、闇に包まれていた仕事の全てを明かす。 寺尾 文孝著</p>	

【日本の小説】	彼岸花が咲く島
<p>記憶を失くした少女・宇実が流れ着いたのは、ノロと呼ばれる指導者が統治し、男女が違う言葉を学ぶ島だった。宇実は島の少女・游娜と少年・拓慈と、この島の深い歴史に導かれていき。『文学界』掲載を単行本化。 李 琴峰著 芥川賞(165(2021上半期))</p>	

	白光	
【日本の小説】		朝井 まかて

	神よ憐れみたまえ	
【日本の小説】		小池 真理子

	テスカトリポカ	直木賞(165(2021上半期))
【日本の小説】		佐藤 究

	ヒトコブラクダ層ぜっと 上・下	
【日本の小説】		万城目 学

	貝に続く場所にて	芥川賞(165(2021上半期))
【日本の小説】		石沢 麻依

	ブレイクニュース	
【日本の小説】		葉丸 岳

	世阿弥最後の花	
【歴史・時代小説】		藤沢 周

	海神の子	
【歴史・時代小説】		川越 宗一

	チングス紀 11 黙示	
【歴史・時代小説】		北方 謙三

	婿どの相逢席	
【歴史・時代小説】		西條 奈加

	君と歩いた青春	(駐在日記 3)
【推理・ミステリー】		小路 幸也

	仮面	
【推理・ミステリー】		伊岡 瞬

	がん消滅の罟 2 暗殺腫瘍	
【推理・ミステリー】		岩木 一麻

	罪の因果性	
【推理・ミステリー】		横関 大

	もういちど	(しゃばばシリーズ 20)
【ファンタジー】		畠中 恵

	渡る世間にやじ馬ばあさん	
【エッセイ】		橋田 壽賀子

	作家と犬	
【エッセイ】		平凡社編集部編

	アガワ流生きるピント	
【エッセイ】		阿川 佐和子

	50歳からの人生戦略は「図」で考える	
【人生訓】		久恒 啓一

	他者の靴を履く	
【社会・時事】		ブレイディみかこ

	知識ゼロからの釣り入門	
【釣り】		幻冬舎

	ケアマネジャーはらはら日記	
【福祉・介護】		岸山 真理子

	手で編むみんなの布ぞうり	
【手芸】		小石 正子

	まるごとレモン	
【料理】		河井 美歩

	もうだまされない新型コロナの大誤解	
【医学】		西村 秀一

	医者が教えるダイエット最強の教科書	
【ダイエット】		牧田 善二

	キャンプでしたい100のこと	
【アウトドア】		フィグインク編

	犬は愛情を食べて生きている	
【ペット】		山田 あかね