



本だいすき

こくぶんじとしょかん
国分寺図書館だより

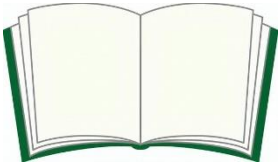
れいわ ねん ふうごう
令和4年度 冬号



あたらしいほんしょうかい
新しい本&CDの紹介

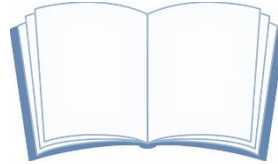
★児童書★

『おなまえおしえて』



あらい ひろゆき/まく
新井 洋行/作
かいせいしゃ/しゅつぱん
偕成社/出版
E/アラ

『寝るのが楽しくなる
睡眠のひみつ』



ヴィッキー・ウッドゲート/ぶんえ
やまき まさひろ/やく
山崎 正浩/訳
そうげんしゃ/しゅつぱん
創元社/出版
491/ウツ

ぼくのなまえはパンダ！みんなのおなまえききたいな！

「おなまえおしえてくださーい」

いぬさん、きりんさん、ねこさん、みんなにインタビュー。

さいごはきみのばんだよ！

げんきにおなまえおしえてね！！

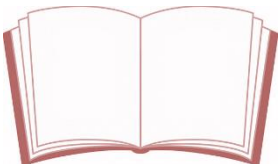
ねむりは、けんこうなからだをつくり、がくしゅうのうりょくを
たかめてくれる人間にとってとても大切なものです。

すいみんじかんやねむるしせいは、ひとそれぞれ異なりますが、
どうぶつ さかな とり しょくぶつ
動物や魚、鳥、植物はどうなっているのでしょうか。

その他、夢を見ることの不思議や、よい睡眠のとりかた
も教えてくれます。

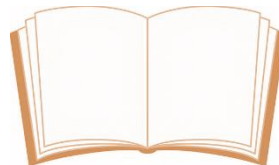
★一般書★

『葬式消滅』
～お墓も戒名もいらない～



しまだ ひろみ/ちよ
島田 裕巳/著
かぶしがいがいしゃ/しゅつぱん
株式会社G.B./出版
3856/シマ

『気軽に行きたい 四国遍路旅』



ごとう さおり/ちよ
後藤 さおり/著
てんむじん/しゅつぱん
天夢人/出版
1869/コト

きんねん そうしき かんりやくがすす
近年、葬儀の簡略化が進んでいましたが、コロナ禍で
いっきに加速しました。

いぜんより「葬式はいらない」と葬送のあり方を考えて
いた著者が、新しい時代の葬儀の情報を教えてく
れています。

しこくはちじゅうはち しょまめく じゅんれい たび こうぼうだいし
四国八十八か所を巡る巡礼の旅。弘法大師さまと一緒に
あゆむ じゆんうちや、こうぼうだいし 会いに行く 逆打ちの通し
打ちのほか、どこから始めてもどこで終わっても、何度訪れ
ても巡り方は自由な区切り打ちもあります。時間に余裕が
できれば、親しい人と一緒に旅してみたいです。

★CD★

『木管アンサンブル 月に寄せる哀歌』

ひろしま
広島ウインドオーケストラ/演奏 えんそう
ブレーン/出版 19/ヒロ



ひろしま きよてん
広島を拠点としたプロの吹奏楽団の演奏集です。

すいそうがく
吹奏楽というと、スポーツの応援やマーチングを思い浮かべていたのですが、

もっかんがつき やわ ねいろ そうそういじょう ゆた ひび かん
木管楽器の柔らかな音色が想像以上に豊かな響きを感じさせ、さまざまなイメージ
を抱くことができました。

へんせい たよう きよく なか
編成も多様な曲たちの中から、お気に入りの曲を見つけてくださいね。

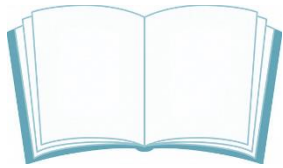


「世界のおはなし」

世界には、たくさんのおはなしがあります。
その中から、図書館員おすすめの
紹介します。



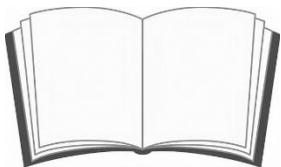
10歳までに読みたい世界名作7
『小公女セーラ』



F・H・バーネット／作
岡田 好恵／編訳
学研教育出版／出版
933／ハネ

お金持ちの女の子が、ある日突然、父と全財産を
失い辛い日々を送りますが、最後に幸せになる
Happy-エンドのお話です。主人公セーラの
どんな時も「王女の心」を失わないで懸命に
生きる姿が、世界中で愛され読み継がれている
理由でしょうか。
同シリーズには、他にも名作が揃っています。
お気に入りを探してはいかがでしょうか？

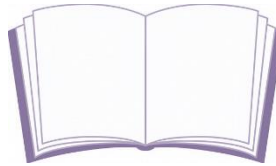
『ニルスが出会った物語1
～まぼろしの町～』



セルマ・ラーゲルレーヴ／原作
菱木 晃子／訳・構成
平澤 朋子／画
福音館書店／出版
949／ラケー1

いたずらの度がすぎて小人にされてしまった
男の子ニルスは、ガチョウの背中によって
群れとともに旅にでかけることになりました。
スウェーデン各地の自然と動物にふれながら、
社会問題や歴史も学んでいく冒険物語です。
美しい挿絵は、ニルスと一緒に旅をしている
気持ちにさせてくれます。

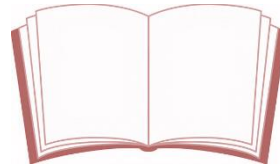
『てぶくろ』



エウゲーニ・M・ラチョフ／絵
うちだ りさこ／やく
福音館書店／出版
E／ラチ

雪の降る森の中、てぶくろが落ちていました。そこへ
動物たちが次々とやってきて、てぶくろの中に入って
いきます。てぶくろは、あっという間にぎゅうぎゅうに…。
このおはなしはウクライナの民話で、動物たちが
「どうぞ」とお互いに譲り合う気持ちに心が温くなります。
互いを思い、助け合うこと、そんなメッセージが伝わる
おはなしです。

『グリム童話集』

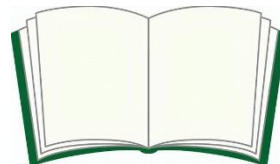


ヤーコプ・L・C・グリム／著
ヴィルヘルム・C・グリム／著
北川 幸比古／訳
世界文化社／出版
943 クリ

グリム童話はドイツの昔話をグリム兄弟が編集した
作品です。
やさしく、あたたかく、時に冷たく、面白いだけでなく、
人間のありのままの姿を教えてくれるおはなしは、
世代や国を超え、親しまれてきました。
この本には「あかずきん」をはじめ12作品が収められて
います。

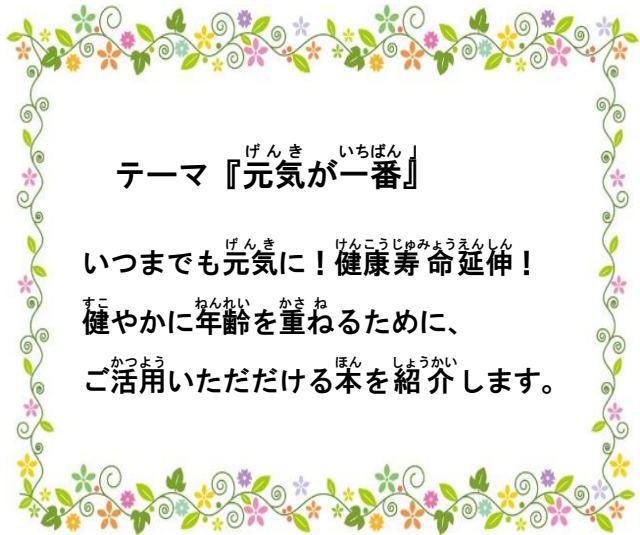
『三びきのクマ』

トルストイ ショートセレクション



レフ・トルストイ／作
小宮山 俊平／訳
理論社／出版
983／トル

森でまいごになった女の子は、1けんの丸木小屋を見つ
けます。そこには3びきのクマがすんでいました。…
よく知られたこのおはなしの作者はロシアの文豪・トル
ストイ（びっくり）。もとはイギリスの昔話です。
彼の小説は、長くて難しく、というイメージですが、
この本のおはなしはどれも短くて、面白く読みやすいもの
ばかり。
さあ、トルストイに挑戦してみましよう。



テーマ『元気が一番』

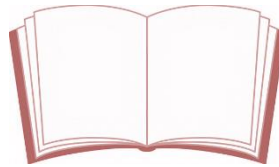
いつまでも元気に！健康寿命延伸！

健やかに年齢を重ねるために、

ご活用いただける本を紹介しします。

『ふりまわされない！更年期』

～母と娘のための「女性ホルモン」対策BOOK



永田 京子／著

旬報社／出版

4951／ナカ

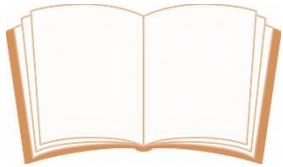
イライラ、うつうつ、頭痛にホットフラッシュ。40代から50代にかけて、「更年期」の心身の不調は本当につらいもの。原因は「女性ホルモン」の減少のせい。「自分だけが、どうして…」と悩むことはありません。

イキイキした「老年期」を迎えるために「更年期」とうまくつきあい乗り切りましょう。

同じく女性ホルモンの変動期である「思春期」の娘さんがいるお母さんにも、特におすすめです。

どうしてそんなにキレイなの？と噂される

『Secretシニアビューティメイク』



えがお写真館／著

赤坂 渉／著

扶桑社／出版

5955／シク

見た目が変われば心が変わる！

メイクには不思議な力があります。

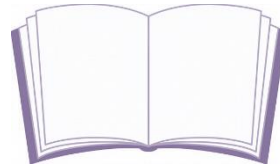
メイクをすることで、気持ちの変化が起こり、お肌に触れることで、脳に刺激を与え、

日常動作や運動機能の低下も防いでくれます。

いつまでも若々しく自分らしくあるために、

メイクテクニックを覚えてみませんか。

『簡単だから毎日作れるシニアごはん』



野崎 洋光／教える人

ヨネスケ／教わる人

世界文化社／出版

5960／ノサ

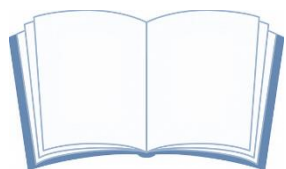
タレント・落語家のヨネスケさんは、67歳で一人暮らしを始めたことがきっかけで、料理の楽しさを知ります。

本書では、ヨネスケさんとともに、日本料理人の野崎洋光さんから、シニア向けに体によく、簡単に作れるメニューをたくさん教えてもらいます。

食は、元気のみなもと！

みなさんもどれか一品作ってみませんか。

『老いる意味』うつ、勇気、夢



『小さなひとり暮らしのものがたり』

みつはし ちかこ／著

興陽館／出版

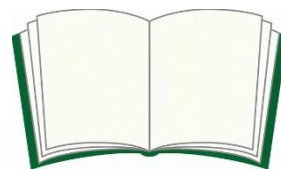
9146／ミツ

ロングセラーマンガ「小さな恋のものがたり」の著者も、なんと現在、81歳になられました。

もちろん現役で、ひとり暮らしの日常の楽しみ方を

綴ったエッセイ集です。お馴染みのイラスト、

描きおろしの漫画も収録！



森村 誠一／著

中央公論新社／出版

9146／モリ

ベストセラー作家の著者は、80代に老人性うつ病、認知症を発症し、「言葉」を失いたくないとの一心で、言葉や単語を書き続け、3年がかりで自分を取り戻します。

本には、老人は、余生、死、健康に寄り添い、明日に向かって夢を抱き続けよう、最後に、ネバーギブアップ！と締めくくられており、老いることは決して悲しいことではなく、著者の前向きな言葉が心に響く一冊です。

としょかんかつどうほうこく
図書館活動報告

9月27日(火) 国分寺南部小学校と、12月8日(水) 国分寺北部小学校の2年生が施設見学に来てくれました。最初に図書館の使い方や本の見つけ方をお伝えし、続いて、普段は入れない閉架書庫に、特別にご案内しました。初めて見る図書館の裏側に子ども達はとても喜んでくれました。



あき 読書の週間
秋の読書週間



秋の読書週間にあわせて、来館される皆さんにおすすめブック紹介カードを書いていただきました。紹介カードには、本を読んで感じたこと、お気に入りの場面など、おすすめするポイントをたくさん書いてもらいました。

また、国分寺中学校2年生にもご協力いただき、おすすめブックのポップを作成していただきました。こちらはイラスト入りで、見た目もカラフルで、多くの方が足を止めて見てくれました。次回、おすすめブックの紹介は、春の読書週間に開催予定です。ぜひ皆さんのおすすめ本を紹介してくださいね。



クリスマス会



12月17日(土) 14時から研修展示室で、クリスマス会を開催しました。ボランティアグループのおはなしほけっとさん、だんだんだんごさんによる、人形劇や読み聞かせなど、たくさんのおはなしを聞かせてくれました。おはなしのプレゼントを受け取った子どもたちは、みんな笑顔になっていました。

