

# あおぞら

但東分館としょかんだより  
2016年2月号(第95号)



## 特別図書整理期間のおしらせ



但東分館は 2月22日(月)から24日(水)の間、特別図書整理のため **休館します**。ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。整理期間中の図書の返却は、市民ホール入り口横のブックポストをご利用ください。豊岡本館、他の分館は22日(月)、24日(水)は開館していますのでそちらもご利用ください。

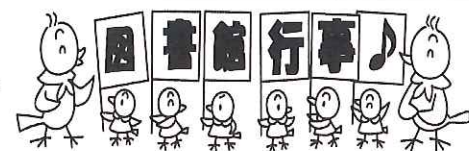
### ※2月の特別図書整理期間※

出石分館：2月1日(月)～2月3日(水)  
豊岡本館：2月8日(月)～2月17日(水)  
他館(城崎・竹野・日高)の図書整理期間は終了しました

### 2月 但東分館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29					

■ は休館日です。開館時間 10:00-18:00



### ●おはなしのもり

絵本の読み聞かせ・工作

日にち：2月6日(土)

工 作：フォトフレーム

時 間：10:30～

場 所：市民センター 和室

対 象：幼児・児童

### ●えほんはともだち

絵本の読み聞かせ

日にち：2月12日(金)

時 間：10:30～

場 所：但東子育てセンター

対 象：乳幼児と保護者

～プチ工作あり♪～

# ★但東分館 活動紹介★

## ◆おはなしのもり◆

内 容：幼児・児童向けの絵本の読み聞かせと工作

開催日：毎月第一土曜日 10時30分～

場 所：但東市民センター1階 和室



季節に合った工作を  
します。  
みんな上手につく  
れました!

## ◆えほんはともだち◆

内 容：乳児・幼児向けの絵本の読み聞かせ

わらべ歌・手遊び等

開催日：毎月1回 金曜日 10時30分～

場 所：但東子育てセンター

絵本で楽しい  
時間をつくり  
ましょう♪



## ◆にこにこ読書会◆

内 容：高齢者向けの読み聞かせ、

紙芝居、唱歌等

ボランティアと一緒に

活動しています。

デイサービス  
センターで  
大型絵本の読  
み聞かせ



## ◆リサイクルブックフェア◆

内 容：図書館で不要となった図書や、  
過去の雑誌を持ち帰りできます。

開催日：3月5日(土)～13日(日)



# ♪♪本の中から飛び出そう♪♪

## 「自律神経を整える自律訓練法」

佐々木 雄二/著 (ごま書房新社) 一般 30 498.3/ササ

自律訓練法とは、自律神経の働きを整える訓練方法です。交感神経の働きと副交感神経の働きとのバランスをとる自己催眠の一種であり、張りつめた心をリラックスさせストレスから解放してくれます。ヨガや禅と比較されることが多く、それらの達人が得られる境地の一部を非常に手軽に得ることが出来ます。本書では、精神科、心療内科的領域にも効果が認められている訓練法を使って、疲労回復、ストレス緩和、仕事や勉強の能率向上、不安の軽減といった効果を自宅で得る方法が分かりやすく紹介されています。訓練内容自体は難しくなく、朝昼夜と各5分ほどあれば、職場でも実践可能です。病院に行っても特に異状がなく、自律神経の問題と診断された経験のある方に特におすすめします。



## 「ロシアの昔話」

内田 莉紗子/編・訳 タチャーナ・マブリナ/画 (福音館書店)

じどう22 GY/ロシ



「ババヤガーの白い鳥」…白い鳥につれさられた弟をとりもどすため、姉のマーシャはペチカ(ロシアの暖炉)、りんごの木、ミルクの川、はりねずみに白い鳥のゆくえを訪ねます。たどりついた先は、やまんば・ババヤガーの家で…。

「動物たちの冬ごもり」…寒い冬をのりこえるため、うしをはじめとした動物たちが集まりました。うしは小屋を建てようと提案します。そこに、うしたちを食べようとクマやオオカミが近づいてきて…。

冬の国・ロシアで代々語り継がれてきた昔話を集められた1冊です。「おおきなかぶ」から「マーシャとくま」まで、動物が活躍するお話や、ふしぎな魔法にみちたお話など、個性豊かなお話が全33編つまっています。

## 「鷹のように帆をあげて」

まはら 三桃/著 (講談社) やんたん Y/マハ

親友の遥を突然の事故で失ってしまった理央。理央は遥とよく行ったペットショップで見つけた鷹に心惹かれ、遥のいる大空へ飛ばしたいと思い、鷹をあやつる鷹匠になる決心をしました。鷹をモコと名付け訓練を開始しますが、ペットショップ育ちのモコにそれができるのでしょうか。

様々な人のサポートを受け、失敗と試行錯誤を繰り返しながら、理央とモコは成長していきます。モコが野生を取り戻す姿、理央の止まっていた心の時間が動き始めるラスト。モコの帆翔と理央の心が重なる瞬間はとても爽やかで印象的です。



# 新着図書よりピックアップ

## 【一般】



### 『カラスの補習授業』

松原 始/著

### 『ちりめんと古布でつくる 和のお飾り』

和のお飾り

ブティック社/出版



## 【じどう】



### 『ショコラとコロンおかしの家』

いたずらクッキー

ふくざわ ゆみこ /作

### 『目と耳でおぼえるかんじ 絵ずかん 1・2年生』

絵ずかん 1・2年生

高梁 まい/文



※但東分館に新しく入った本の一部です

書名	著者名	書名	著者名
アイデアの影	森 博嗣	毎日食べたい私の好きなグラノーラ	みつはし あやこ
ゼロワン	若木 未生	薬日本堂の漢方で体をととのえる穀菜食	薬日本堂
お坊さんがくれた拭いても拭いても涙がこぼれるお話	浅田 宗一郎	北欧の挿絵とおとぎ話の世界	海野 弘
蛮政の秋	堂場 瞬一	インディラ・ガンディー	筑摩書房編集部
現役東大生が教科書よりも役に立った100冊	柳川 範之	図解大事典日本の妖怪	ながた みかこ
心がずっと軽くなるボケた家族の愛しかた	丸尾 多重子	ひみつの枝庭	吉野 万理子
世界に輝くヤマトナデシコの底力	ルース・ジャーマン・白石	ゆうかんな猫ミランダ	エレナー・エステイス
10代の脳	フランス・ジェンセン	まねっこおやこ	おくむら けんいち
Café & Meal MUJI 野菜レシピ	Café & Meal MUJI	ひつじの王さま	オリヴィエ・タレック

豊岡市立図書館 但東分館 (但東市民センター1階)

〒668-0393 豊岡市但東町出合 150

TEL 0796-21-9036 FAX 0796-54-1025

図書館ホームページアドレス

<http://lib.city.toyooka.lg.jp>



←スマホサイト

携帯サイト→



フェイスブック  
開通しました!



イラスト協力: わんぱぐ