

# みみずく



TOYOOKA  
豊岡市立図書館

豊岡市京町5-28

TEL:0796-23-6151

FAX:0796-24-1819

[toyolib@city.toyooka.lg.jp](mailto:toyolib@city.toyooka.lg.jp)

## あけましておめでとうございます

旧年中は図書館をご利用いただき、ありがとうございました

本年もどうぞよろしくお願いします



### わたくし本大賞

募集中

「わたくし本大賞」と題し、あなたがオススメしたい本を募集しています。投票方法は、本館内にある用紙に記入し、備え付けの投票箱に入れてください。ホームページからメールでも受け付けています。

図書館（分館含む）にある図書なら、ジャンル・出版年を問わず、何冊でも投票できます。募集期限は2月24日です。投票された本は、3月に発表・展示します。

あなたの「わたくし本」を、お待ちしています。

### 休館のお知らせ

(特別図書整理)

本館は**2月4日(火)～11日(火)**に蔵書の総点検をするため休館します。それに伴い1月22日(水)から貸出点数を2倍にします[1枚のカードで20点(うちCD10点)まで貸出]。休館中の返却は、ブックポストまたは分館をご利用ください。

**分館の特別図書整理休館日**

城崎分館 1/20～22

竹野分館 1/20～22

日高分館 1/27～29

出石分館 2/17～19

但東分館 2/24～26



# 健康管理特集



一月は、一年で最も冷え込む時期であり、体調を崩しやすい季節です。

健康管理をしっかり行える本を紹介します。

(中尾・森垣)



『風邪とごはん』 渡辺 有子 // 著 493.3/ワタ 一般書[21]

元気のないときでも作れて体にいいレシピ、元気のない人に作ってあげたいレシピがたくさん載っています。もしも風邪をひいてしまったら栄養のあるものを食べて、ゆっくりと休んでください。



『きのこの常備菜』 信太 康代 // 著 中島 チ鹿子 // 監修

596.3/シダ 一般書[22]

免疫力が低下すると風邪をよくひいたり、インフルエンザにかかりやすくなってしまいます。そんなときは美味しくきのこを食べて、免疫力をアップさせましょう。



『かぜとインフルエンザ』 岡部 信彦 // 著

493.8/オカ 一般書[21]

分かっているようでよく分かっていない「かぜ」そして「インフルエンザ」。その原因、症状、ウイルスなどに抵抗を示す免疫、予防法、治療法などを、できるだけ分かりやすく説明しています。



『体温を上げると健康になる』 齋藤 真嗣 // 著

498.3/サイ 一般書[21]

体温が1度下がると、免疫力は30%低下します。米国・EU・日本で認定されたアンチエイジングの専門医が、体温を上げることで、ストレスに強く、病気になりにくい健康な体を維持する方法を教えます。

## 他にもこんな本あります



- ・『ひとり暮らしビジネスマンのための食事と健康大改善』 松村 和夏 // 著 498.5/マツ 一般書[21]
- ・『インフルエンザと闘うな!』 白田 篤伸 // 著 493.8/ウス 一般書[21]
- ・『ビタミン・ミネラルの本』 吉川 敏一 // 著 498.5/ヨシ 一般書[21]
- ・『病気が逃げ出す上体温のすすめ』 今津 嘉宏 // 著 498.3/イマ 一般書[34]
- ・『知ろう!防ごう!インフルエンザ』 全3巻 田代 真人・岡田 晴恵 // 監修 493/シロ じどう [4]



# 子どものほんだな



## 『オペラハウスのなかまたち』

リディア&ドン・フリーマン//作

やました はるお//訳

BL 出版

E/フリ えほん 11



ニューヨークのメトロポリタン・オペラハウスの屋根裏に、白ネズミのペトリーニ一家が住んでいました。ペトリーニ父さんは下のオペラハウスで楽譜めくりの仕事をしています。家族全員がオペラ好きで、大好きなモーツアルトの『魔笛』の登場人物を、みんなで演じて楽しんでいました。一方、地下室には、音楽嫌いのメフィストというネコがいて、ネズミを追い出すのが仕事でした。

ある日、ペトリーニ一家はオペラハウスに『魔笛』を見に出かけました。父さんは、家族を客席に座らせてから仕事に向かいました。やがて、舞台が始まり、魔法の笛が鳴り始めると、父さんはその音楽に引き込まれ、舞台に上がって踊りだしました。すると、それを見たメフィストが飛び出して…。

オペラ『魔笛』を題材に、魔法の笛の響きに捕まってしまったネズミとネコの掛け合いをユーモアたっぷりに描いています。華やかなオペラの雰囲気も感じられます。6歳くらいから。(奥)

## 『しづくの首飾り』

ジョーン エイキン//作

猪熊 葉子//訳

岩波書店

GY/エイ じどう 10



あるところにローラという女の子がいました。ローラは赤ん坊の時から、首飾りをしていました。それはしづくの首飾りと言います。ローラのお父さんが昔、庭の木に挟まっていた北風を助けたお礼にもらったものでした。細い銀の鎖に雨粒がついていて不思議な力が使えるようになる首飾りです。北風はこれを渡す時に、「決して外してはならない」と言いました。外すと悪い運がやって来ると言うのです。ローラはこの言いつけを守っていましたが、ある日、学校の先生に首飾りを外すように言われてしまい…。外してはならない首飾りを外してしまったローラは、どうなってしまうのでしょうか。

表題作「しづくの首飾り」の他にも、ユーモアあふれる短編が7編収められています。

小学3年生くらいから。

(福木)

## みんなの図書館



先日、図書館パートナー「みんなの図書館」の定例活動「読書会」を行いました。オススメの本を持ち寄り、作品の魅力を語り合いました。「みんなの図書館」では、メンバーを募集しています。興味がある方は、お気軽に職員にお尋ねください。

読書会：1月18日（土）14時～

場 所：図書館本館 いこいの間





# 1月の行事予定(本館)



イラスト協力 WANPUG

おはなしの  
ゆりかご

◆0～2歳児と保護者◆

1月はお休みです



in  
な  
か  
よ  
し  
広  
場

◆3歳までの乳幼児と保護者◆

日時：15日（水）

9:30～11:30

場所：豊岡市民プラザ

子育て学習室

(アイティ7階)

内容：絵本の読み聞かせ

図書の貸出・返却

いっしょに  
おはなし会

◆3歳くらいの幼児と保護者◆

日時：8日・22日・29日（水）

10:15～

場所：おはなしのへや

内容：絵本の読み聞かせ

おはなし会

◆4歳以上◆

日時：25日（土）

14:30～

場所：おはなしのへや

内容：詩・絵本の読み聞かせ

ストーリーテリング

土曜としょかん

◆5歳以上◆

日時：11日（土）10:10～

場所：おはなしのへや・工作室

内容：詩・絵本の読み聞かせ

ストーリーテリング

工作：わっかでけんだま

申込：10日（金）まで

定員：先着20名

## としょかん映画会

### 「コメット」

(2014年/91分)

日時：17日（金）10:30～

18日（土）13:30～

場所：2階 視聴覚・講演室

彗星の夜、恋に落ちたふたり。パラレルワールドで紡がれる、奇跡のラブストーリー。

## 1月の図書館カレンダー

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	30	31	

各分館でも、いろいろな行事をしています。

詳しくは、豊岡市広報紙または分館だより、ホームページをご覧ください。

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



←スマートサイト  
フェイスブック→



※各種おはなし会の申込みは不要です。

土曜としょかんは、申込みが必要です。