



図書館だより 307号

(2023. 10. 1)

三郷町立図書館

三郷町勢野西1-4-4

TEL/0745(33)3030

FAX/0745(33)3188

— ふ ぐ る ま —

HP「三郷町立図書館」で検索



## 「本の帯コンテスト表彰式」開催！

9月はこれまでにないような暑さが続き、真夏日の日数が過去最大になっているようです。また、不安定な気圧の変動により、日本列島の各地で線状降水帯が発生し、河川の氾濫や床上浸水・道路の冠水などが発生し、避難する人々がニュースになっています。幸い三郷町では、大きな被害もなく、無事10月を迎えることができました。10月になってやっと夏の暑い状況が陰りを見せ、一雨ごとに秋の気配を感じ取れるようになってきました。

一方、コロナとインフルエンザの同時流行の兆しが見えています。しかし、コロナの分類が5類に格下げになり、あらゆる制限が解除され、普段の生活に戻ってきています。図書館でも、イベントの再開を進めています。そこで、10月29日(日)には「本の帯コンテスト」の表彰式を行います。みなさんに投票いただいた作品の表彰をしていきます。作品は、一つひとつが、本が大好きという心のこもった作品でした。

図書館では、今後もどんどんイベントを実施してまいります。どうぞご来館いただき図書館を楽しんでいただければ、うれしく思います。みなさんの図書館のご利用をお待ちしております。

### 10月 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				



図書館マスコットキャラクター  
オウちゃん

#### 【開館時間】

平日・土曜日 午前9時30分～午後7時

日曜日・祝日 午前9時30分～午後5時

#### 【休館日】

毎週水曜日

館内整理日—10月2日(月)

# 健康法

## 一健康な体のために一

### 健康維持には

「医者が教える健康の新常識やってはいけない50のこと」

秋津 壽男<sup>としお</sup>ほか/監修 498.3 イ

「58歳からの人には言えないからだの悩み」 川嶋 朗<sup>あきら</sup> 498.3 カ

「筋肉・肌・目・耳の“若返り”健康法」 「きょうの健康」番組制作班/編 498.3 キ

「自律神経」 工藤 孝文 498.3 ク

「決定版！老化を食い止める名医のワザ」 宝島社 498.3 ケ

「『一番若い今日』を生きるための自律神経入門」「部屋で自律神経を整える」

「気がついたら自律神経が整う『期待しない』健康法」 小林 弘幸 498.3 コ

「寝ながら1分！からだの痛みを自分で治す本」 白井 天道<sup>てんどう</sup> 498.3 シ

「60歳からの筋力づくり体にホントにいいのはどっち？」 周東 寛<sup>しゅうどう</sup> 498.3 シ

「東洋食薬でゆったり健康法」 関 隆志 498.3 セ

「落語で不調を改善！笑って自律神経を整える」 立川 らく朝 498.3 タ

「97歳現役医師が悟った体の整え方」 田中 旨夫<sup>よしお</sup> 498.3 タ

「疲れないカラダお得技ベストセレクション」 晋遊舎 498.3 ツ

「病気になる免疫力の上げかた」 永野 剛造<sup>ごうぞう</sup>/監修 498.3 ビ

「病気になる体のつくりかた」 ヴィム・ホフ 498.3 ホ

「医者が教えるあなたの健康が決まる小さな習慣」 牧田 善二 498.3 マ

「首・肩・腰・ひざ痛くないカラダの使いかた」 宮本 晋次 498.3 ミ

「誰もがわかる大病の回避術」 山本 雅一<sup>まさかず</sup> 498.3 ヤ

## 軽い体操を

「糖尿病、高血圧、メタボに著効！かかと落とし」 マキノ出版 498.3ト

「座ってできる！シニアヨガ」 山田 いずみ 498.34ヤ

「医者に『歩きなさい』と言われたら読む本」 青山 <sup>たけし</sup>剛 498.35ア

「痛くない！疲れない！歩き方の教科書」 木寺 <sup>えいし</sup>英史 498.35キ

「東大式世界一美しく正しい歩き方」 小林 <sup>かんと</sup>寛道 498.35コ

「やせる！ウォーキング」 長坂 靖子 498.35ナ

「歩く力」 松村 <sup>たかし</sup>卓 498.35マ

「街や山を疲れず痛くならずさっそうと歩く」 山野 進 498.35ヤ

「最高のラジオ体操」 青山 敏彦 781.4ア

「超ラジオ体操」 谷本 道哉 781.4タ



## 「本の帯コンテスト」

### 投票にご協力ください

投票期間 10月3日(火)～10月15日(日)



夏休みに小学生が作ってくれた本の帯をカウンター横に

展示しています。力作がそろいました！

帯を見て、「その本を読みたいな」と思った作品に投票をお願いします。

小学生低学年部門から一作品、小学生高学年部門から

一作品の番号を投票用紙に書いて、投票箱に入れてください。

# 10月のイベント

おはなし会 3歳くらいから小学校低学年 ところ:おはなしルーム

## ☆日曜日のおはなし会

と き : 1日・8日・15日・22日(日)  
午前10時30分

※8日はストーリーテリングがあります。

## ☆土曜の午後のおはなし会

と き : 21日(土) 午後2時

## ☆ブックスタート

ところ 図書館2階 事務室 対 象 赤ちゃんと保護者の方

※10月11日(水)の4カ月児健診で受け取った引換券を  
お持ちください。(水曜日は休館です。)



## ☆本の帯コンテスト

投票期間 10月3日(火)~10月15日(日)

表彰式 10月29日(日) 午前10時30分 1階 視聴覚室前ロビー

## ★講演で巡る四国八十八ヶ所

と き 10月15日(日) 午後2時 (開場 午後1時45分)

ところ 図書館1階 視聴覚室 講 師 杉本 與志雄氏

## ★上映会

視聴覚室 : 入場無料 午後2時 (開場 午後1時45分)

14日(土)「紅の豚」 93分(1992年)

監督:宮崎 駿

21日(土)「エルミタージュ幻想」 99分(2002年)字幕

監督:アレクサンドル・ソクーロフ / 出演:セルゲイ・ドレイデン

## ★生涯学習室の開室期間

開室期間 : 土・日曜日・祝日と10月5日(木)~10月12日(木)

午前9時30分~閉館30分前

※ご利用は町内の方のみです。ご利用前に、図書館利用カードをカウンター  
にお持ちください。