

山の木々も見事に色づき、いよいよ秋が深まってきました。来たる冬に向けて、こたつを出したり、衣替えをしたり…、早めにお正月の準備を始めるおうちや、この機会に片付けや大掃除をするおうちもあるかもしれませんね。市民図書館では、そんなさまざまな冬じたくの本を集めて、皆さんをお待ちしています。読書の秋の締めくくりに、これからの季節に向けた一冊はいかがでしょう。

いっばんしょ 一般書

「冷え症外来」の医師が教える
冷えとり習慣
 予約のとれない専門医

イースト・プレス 林 忍 著

冷えは万病のもとであり、様々な疾患の原因に關与している。東洋医学をベースに、「冷え症タイプ」と「体温管理の仕組み」を説明し、「生活習慣」「運動」「食事」に分け、改善方法を解説する。冷え症セルフチェックも掲載。



お餅の便利帖

東京書籍 飛田 和緒 著

お正月だけじゃ、もったいない！調理が手軽で、量もちょうどよく、腹持ちもいい「お餅」。焼き餅から、からみ餅、お雑煮、お汁粉まで、お餅のさまざまなアレンジレシピを紹介しします。



ものに囲まれてすっきり暮らす 景色を変える片づけ

大和書房 古堅 純子 著

ひとつも捨てずに置く場所を変えるだけ。「部屋のコンセプトを決める」「物を寄せて更地にする」「景色を変える」「仕組みを考えて収納する」など、5,000軒以上のお宅を片付けて確立した神メソッドを紹介する。



じどうしょ 児童書

こたつ

福音館書店 麻生 知子 著

大みそかの一日を、こたつのうえから定点観測で描いた、ユニークな絵本です。宿題せずにごろごろしたり、おせち料理づくりを手伝ったり。家族や友達が出たり入ったり、表情はみえないのになんだかあったかくなるおはなしです。



ふゆのコートをつくりに

ブロンズ新社 石井 睦美 著 布川 愛子 著

初雪のふる、しずかな朝。はやく外に出たいさきちゃんを、おかあさんは屋根裏部屋に連れて行きました。おかあさんがむかし着ていた赤いコートが気に入ったさきちゃんでしたが、着てみるとちょっと大きいみたい…。ミコさんに、お仕立て直しをお願いしに行きます。



わたしのゆたんぼ

偕成社 きたむら さとし 著

あったかいゆたんぼが大好きな女の子。でも、ゆたんぼは冷たい足が苦手みたい。ある晩、ついにゆたんぼは窓を破って逃げ出します。「こら、おまちなさい！」と女の子の足も追いかけます。どこまでもにげていったゆたんぼ、そこで何が起るのかということ…？



❖土・日曜日に「よみきかせ」を行っています

開催時間

曜日	土曜日					日曜日
時間	第1	第2	第3	第4	第5	第2
10:30	●	●	●	●	●	
11:00						●
14:00		●				
14:30	●					

ところ 市民図書館 多目的研修室

内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居の上演など
 (各回30分程度) ※直接会場へお越しください。

❖毎月第4日曜日は「十和田市家庭読書の日」

市民図書館では、家庭読書にお薦めする本のコーナーを設置しています。毎月第4日曜日は、テレビやゲーム、インターネットをちょっとお休みして、家族で読書を楽しんでみませんか。

- 各コミュニティセンターでも、新しい本を用意していますので、気軽にご利用ください。
- 市民図書館では、法令や判例、法関連の文献情報などを検索できるデータベースが利用できます。詳しくはお問い合わせください。