

ほんわ館だより



第92号

令和 2年 5月発行
中山町立図書館 ほんわ館
中山町大字長崎8038-9
TEL : 023-662-6688

開館時間

10:00～19:00

5月の休館日

5・11・18・25日

5月のおはなし会はお休みです。次回をお楽しみに!



春だ!!さあ健康力アップ!!



心も体も軽やかな季節になりました。春の陽気に誘われて、体を動かしたくなっている方も多いのではないのでしょうか。

「運動したいけど時間がない」「運動は苦手」という人も、まずは簡単なトレーニングから始めてみませんか？
免疫力を高めて自分の体を守りましょう!!



裏面のおすすめコーナーは『お家での運動不足解消に』です!!
手軽に続けられることから始めませんか？

お知らせ

社会情勢等により、臨時休館になる場合がございます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

第61走者

愛読書リレー

今月のランナーは 渡邊 圭子さんです!

『おもちのおふろ』

荻田 澄子 / 作 植垣 歩子 / 絵
学研教育出版 【E/ウ】



『おもちのかいすいよく』



『おもちのおふろ』

荻田 澄子 / 作
植垣 歩子 / 絵
学研教育出版

私がおすすめしたい本は、「おもちのおふろ」という絵本です。おもちの“もーちゃん”と“ちーちゃん”がおふろ屋さんへ行くという、ほのぼのしたお話です。荻田澄子さん作で文章はもちろん、植垣歩子さんが描く絵がとてもかわいらしく、細かいところまで丁寧に描かれているのが素晴らしいと思います。おふろ屋さん貼られた、昭和でレトロなポスター、懐かしいグッズなどいろいろな発見ができ、大人でも楽しく読むことができました。いろんなおふろに入っている食べ物たちを見ると、心もほんわかあったかくなります。

同じシリーズに、「おもちのかいすいよく」という本もあり、同じ食べ物たちが登場するのもまた愉快でした。子どもとおしゃべりしながら繰り返し読みました。

♪ありがとうございました!! 次のランナーは 佐藤 つや子さんです♪



お家での 運動不足解消に

過ごしやすい季節になってきましたね
本格的にスポーツを始めるのもいいですが
まずはお家でできる軽い運動から
始めてはいかがでしょうか？

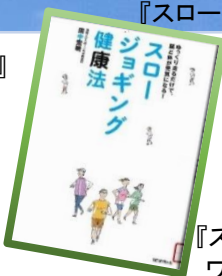
ストレッチや免疫力アップの本など
運動不足解消に
お役立てください

他にもたくさんご用意しています



『からだが目覚める
ストレッチメニュー
アクティブな身体への”はじめの一步”』
荒川 裕志/著 池田書店【781.4/ア】

『超ラジオ体操 毎日4分で超快適！』
谷本 道哉/著
扶桑社【781.4/タ】



『スロージョギング 健康法』
ゆっくり走るだけで、脳と体が
元気になる！』
田中 宏暁/著
朝日新聞出版【782/タ】

『スポーツ観戦手帳
ワールドカップもオリンピックも、コレ一冊』
東京書籍書籍編集部/編
東京書籍【780.3/ス】



新しく入った本



『今こそ持ちたい手作りのエコバック』
ブティック社【594.7 / イ】

エコバックを手作りしてみませんか。
デザイン豊富に紹介します。



『最後の講義 完全版 女の子の人生で
覚えていてほしいこと』

西原 理恵子 / 著
主婦の友社【159.6 / サ】

『スポーツびっくり図鑑
キッズペディア』

望月 修 / 指導
小学館【780 / ス】(児童書)



『りんごだんだん』

小川 忠博 / 写真と文
あすなろ書房【625 / オ】(児童書)

おいしそうなりんご、ずっとしまっておいたら、
どうなるの？ 変わりゆくりんごの346日の
写真記録絵本。



『へんかしらそうかしら』

内田 麟太郎 / 作
高部 晴市 / 絵 鈴木出版【E / タ】



おちやをのむ「かぼちゃ」、
「ばった」のばったー、
ことばも、えもおもしろいえほん。

ここに掲載されている本は一部です

