



くぼたかんだより

こころ からだ ととの
心と体を整えよう!



<https://www.lib.saga.saga.jp>



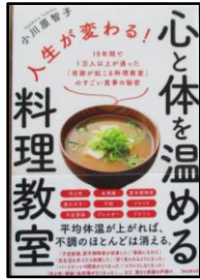
4月は、新しい生活がはじまり、環境が変化した人も多いのでは
ないでしょうか？ 新生活のストレスはないですか？

春の寒暖差疲労が起こりやすいのもこの時期です。食事や運動
で体を整えましょう。「心と体を整える本」を展示しています。

ぜひ参考にしてください。



「疲労回復ストレッチ」
小林 邦之／監修
成美堂出版



「人生が変わる！
心と体を温める料理教室」
小川原 智子／著
フォレスト出版



「はく・すうの法則」
有吉 与志恵／著
フクイ サチヨ／絵
高橋書店

息をするのは当
り前!と思ってい
ませんか？



「運動未満で体はととのう」
長島 康之／著
主婦の友社



「最高のラジオ体操」
青山 敏彦／著
朝日新聞出版

こどもの読書週間

4月23日(木) ~

5月12日(火)



「こどもの読書週間」にあわせて、
イベントを計画中です。

利用時間

【開館時間(あいている日)】

火曜日 12:00~17:00

水~土曜日 10:00~17:00

【休館日(しまっている日)】

日曜日・月曜日・祝日

毎月最終木曜日

年末年始 他、特別整理期間等

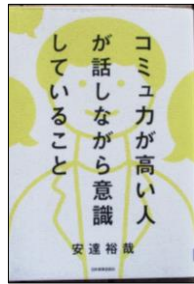
4月							5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4						1	2
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30
							31						

色 がついている日は、お休みです。

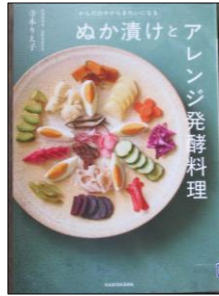
ウラもみてね



あたらしい
新しく
はいほん
入った本



「コミュカが高い人が話しながら意識していること」
安達 裕哉／著
日本実業出版社



「むか漬けとアレンジ発酵料理」
寺本 りえ子／著
KADOKAWA

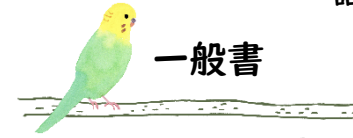


「気ままに楽しく！ 大人の女ひとり旅」
門賀 美央子／著
清流出版



「滞りを『流すだけ』で病気は消えていく」
榎本 楠紀／著
現代書林

一般書



鳥の名前の由来
知っていますか？
スズメの語源は？



「鳥たちの素敵な名前の物語」
大橋 弘一／著
文一総合出版



「人生がちょっとよくなる文章術」
齊藤 洋／著
講談社



「なりたい自分になる！ 100の新習慣」
日経BP



小説・エッセイ

- 「サチコ」群 ようこ／著
- 「グレッタ・ニンプ」綿矢 りさ／著
- 「予言館の殺人」井上 悠宇／著
- 「武士の流儀13」稲葉 稔／著
- 「京都西陣猫神社のツアーガイド」卯月 みか／著
- 「退職クロスロード」安藤 祐介／著
- 「浅草観音裏川上屋あんこ日記」中島 久枝／著
- 「公事宿まんぞく庵御裁許帖2」相沢 泉見／著
- 「筆耕屋だんまり堂2」麻宮 好／著
- 「昭和の少年」諏訪 哲史／著

じどうしょ



「こども冠婚葬祭」
一条 真也／著
昭文社

中学へ進学するあなたに
おすすめします！



「中学へ旅立つ君へ」
おた としまさ／著
実務教育出版



「再発見！世界から見た日本」
永山 多恵子／文
金の星社



「豊臣秀長」
賀来 耕三／企画・構成・監修
静霞 薫／原作
山田 一喜／作画
ポプラ社



「すきまちゃんのすきなすきま」
山本 和子／さく
にしむら ゆうき／え
Gakken



「ふわりさんのパンやさん」
宮野 聡子／作・絵
世界文化ワンダーグループ



「くつしたど〜こだ？」
オガワ ナホ／作
偕成社



「実はサメなんです」
アクアワールド茨城県大洗水族館／監修
真崎 なこ／イラスト
マイクロマガジン社

サメらしくない
サメを
集めています