



肌寒い季節となり、朝晩が冷え込むようになってきました。身体を冷やさないう暖かくして過ごしましょう。今月号では、この時期におすすめする本の紹介や、10月に開催したイベント報告などを掲載しています♪

季節の本棚

一般 (小説)

『夜のピクニック』

恩田 陸/著 新潮社



高校最後のイベントに賭けた一つの願い。あの一夜の出来事は、紛れもない「奇跡」だった、とあたりは思う。ノスタルジ一の魔術師が贈る、永遠普遍の青春小説。

一般 (健康)

『「冷え症外来」の医師が教える
冷えとり習慣』

林 忍/著 イースト・プレス



冷えは万病のもとであり、様々な疾患の原因に関連している。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。

一般 (料理)

『柿のお菓子づくり』

今井 ようこ/著、藤沢 かえで/著 誠文堂新光社



コンポート、ようかん、ショートケーキ、ムース…。「柿」を使った卵・白砂糖・乳製品なしのナチュラルスイーツ&フランス菓子ベースのエlegantなお菓子のレシピを紹介。レシピごとに使ってほしい柿の熟し具合も掲載する。

児童 (絵本)

『いぬのにっちゃんあきとふゆ』

あきくさ あい/さく え パイインターナショナル



あきからふゆへと変化していく季節のなかで、どんな植物や生きものに出あえるかな?いぬのにっちゃん、ねずみ君といっしょに、みちかな自然をさがしてみよう! 植物や生き物の豆知識を解説した図鑑さくいん付き。

イベントのご案内

絵本作家 真珠まりこさん 絵本原画展

絵本作家 真珠まりこさんの絵本より、『もったいないばあさんのおばあちゃん』の原画を展示します。この機会にぜひご覧ください。

【展示期間】 12月7日(土)~2025年1月6日(月)
午前9時~午後7時
(※図書館閉館日)

【場所】 美馬市立図書館
エントランス・板間のハコ

【主催】 美馬市立図書館

【後援】 美馬市教育委員会



絵本作家 真珠まりこさんの絵本のおはなし会&サイン会

<絵本のおはなし会>

【日時】 12月8日(日) 午後2時~午後3時
【場所】 美馬市地域交流センターミライズ1階 活動のハコ
【対象】 小さなお子さんから大人の方まで
【定員】 先着70名程度
※事前申込要(11月23日(土・祝)より受付開始)

◎午後1時30分より図書館にて真珠まりこさんによるギャラリートークがあります。
※ギャラリートークは事前申込不要
※直接会場へお越しください。

<サイン会>

【日時】 12月8日(日) 午後3時30分~
【場所】 美馬市立図書館 おはなしのハコ
※サインは当日会場で購入いただいた絵本に限ります。

イベント報告



美馬市立図書館の最新情報は
公式 SNS をご覧ください♪



10月12日(土) 楽しく学ぶ!MY定期講座
最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう!
参加人数: 11名



明治安田生命保険相互会社によるMY定期講座。今回は、これからの人生をいかにより良く生きていくか、実現したい夢、介護・病気などへの備え、財産管理などについて考えました。

10月13日(日) みま歴史散歩「稲田家家臣・いのしり侍の足跡をたどる」参加人数: 20名



脇町・うだつの町並みボランティアガイド連絡会2名による案内のもと、明治維新期に勤王の志士として活躍した稲田家家臣・いのしり侍の足跡を辿りました。いのしり侍たちが文武を学んだ神全塾を訪れた際には、現当主の武田さんから塾の役割や收藏品、家系のことなど、貴重な話を聞くことができました!

10月19日(土) みんなで古文書解読
参加人数: 4名+スタッフ2名



参加者で『阿淡孝子伝』の翻刻に取り組んでいます。古文書や歴史に興味のある方はどなたでもお気軽にご参加ください♪次回は11月16日(土)に開催予定です!

10月26日(土)
ハロウィンパーティー in 美馬市立図書館
参加人数: 15名



図書館スタッフによるパネルシアターの実演のほか、録音朗読たんぼぼのボランティアさんやYAボランティアのメンバーが絵本の読み聞かせをしてくれました。その後は、ハロウィンに関するクイズやゲームをおこない、みんなで楽しみました♪

10月27日(日) 絵本であそぼ0・1・2
赤ちゃんのためのおはなし会~あき~ 参加人数: 13名



工作
「紙コップ
ミノムシ」の
完成!

「秋」をテーマに、赤ちゃん絵本の読み聞かせや工作などをおこないました♪次回は2025年1月26日(日)に開催予定です☆

10月27日(日) 英語でおはなし会 参加人数: 14名



今回はハロウィンバージョン☆
講師のアンバーさんによる洋書絵本の読み聞かせや工作で英語に親しみました♪

工作
「ジャック・オー・ランタン」の
ハロウィン飾りを
作りました!



今回は、9月8日(日)に開催したビジネス支援セミナー【忙しい個人事業主様向け「私の棚卸しワーク」】にて講師を務めていただいた楠本 智美さんより、おすすめの本をご紹介いただきました。



【推薦者からのおすすめコメント】

私がおすすめる本は、さかはらあつしさんの『小さくても勝てます』です。ビジネス本ですが、理容室を舞台にした小説仕立てでとても読みやすく、専門用語の解説もあって親切。他業種の方でも、繁盛店になるためにすぐに実践できるヒントが盛りだくさんです。「非合理的に決めた志を、合理的に追いかけた者だけが、志を達成するんや」(さかはら、2017、p.38) さあ、今日から毎晩寝る前に1粒のピーナッツを食べよう!

『小さくても勝てます』

さかはら あつし/著 ダイヤモンド社



kurikuri お菓子の会 主催、徳島県よろず支援拠点コーディネーター 楠本 智美さん