



問 市立図書館 (☎823-4646) <http://www.t-lib.jp/>



# 2月のとしょかん

## 寒さに負けない！冬を健康にのりきるための本

冬は風邪を引きやすかったり、体の不調が続いたりすることがあります。そこで今月は、寒さに負けず、冬を健康にのりきるための本をご紹介します。

- ◎「こり・痛みを自分で解消！肩すっきり体操」 伊藤博元／監修
- ◎「からだ改善エクササイズ」 小山勝弘／著
- ◎「歩く、昇る、伸ばすからだ若返り法」 木庭新治／著
- ◎「肩・首のこりをしっかり治すコツがわかる本」 黒田栄史／ほか監修
- ◎「リハビリ専門医が教える健康な人も病気の人も幸せと元気をよぶ『らくらく運動』」 上月正博／著
- ◎「冷えを治せば病気もよくなる」 石原新菜／著
- ◎「イラストでわかる体を温める食べ物＆食べ方」 石原結實／著
- ◎「これが正しいラジオ体操」 多胡 肇／講師

## 図書館カレンダー

2015.February

# 2月

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
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

●は休館日。○は分館のみ休館  
 本館…火～金曜日 9:30～19:00  
 土・日・祝日 9:30～17:00  
 分館…火～日曜日 9:30～17:00  
 (三中地区分館、都和分館、神立地区分館、新治地区分館)

## 今月のおすすめ本



### □アルタッドに捧ぐ(小説)

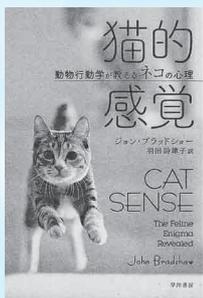
亡き祖父の家で一人暮らしをしながら小説を書いている本間。ある日、その主人公が砂漠で死んだ。彼の意図しないところで。すると本間の前に、少年が飼育していたトカゲのアルタッドが現れ…。



【金子 薫／著】

### □猫的感觉(ペット)

人間動物関係学者が、野生から進化して人間と共存するようになったイエネコの1万年におよぶ歴史から、わたしたちが考えるネコ像と実際の生態の違い、一緒に暮らすためのヒント、イエネコの未来までをわかりやすく解説します。



【ジョン・ブラッドショー／著】

## おはなし会



### おはなし会(幼児～小学生向け)

と き／2月8日(日)、22日(日)

午前10時30分から

ところ／2階 視聴覚室

### ちいさなおはなし会(0～3歳児向け)

と き／2月25日(水)

午前11時から

ところ／3階 児童室

◎日時は変更になることがあります。ご確認のうえ、ご来館ください。

## こどもの本



### □いかだにのって

【とよたかずひこ／作・絵】

### □こぶたのぶーぶ

【西内ミナミ／作、真島節子／絵】

### □フワフワさんはけいとやさん

【樋勝朋巳／文・絵】

### □パンツはながれる

【林 正博／文】

### □トムテと赤いマフラー

【レーナ・アッコ／文、カタリーナ・クルースヴァル／絵】

### □あしたあさってしあさって

【もりやまみやこ／作】

## 先月の人気図書



### □キャロリング

倒産が決まった会社で働く、元恋人たち。両親が離婚しそうな小学生男子。心優しい、チンピラたち。クリスマスにもたらされる、ささやかな奇跡の連鎖。

【有川 浩／著】



## 今月の展示棚



テーマ：寒い冬のおすすめ献立

寒い時にはあたたかい食事が一番ですね。インフルエンザや風邪に負けないように、栄養たっぷりの季節の食の本を集めてみました。今日の献立の参考にしてみてはいかがでしょうか？

