

三光図書館だより

2023年（令和5年）4月号

少し前から見かける機会が増えた「ヌートバー」という単語。「メタバース」みたいな最先端の言葉？それとも「文壇バー」みたいな大人の世界の言葉？頭の中で数々の？が巡る日々の中、WBC開幕直前に答えがわかりました。選手の名前だったんですね！もはやホームランバーでもバーコードでもなかった。人の名前だったとは！びっくり～。今年に入って一番の驚きでした。WBC優勝おめでとうございます！！

🌸春だから！新生活を応援した～い🌸

この春から新生活を始めたかたも多いのでは？そこで、今月はそんな毎日のお役に立てそうな本を集めてみました。困った時の参考や、疲れた時の癒しにぜひどうぞ！！

『作りおきでおいしい日替わり弁当』



（藤井 恵/日本文芸社）
メインのおかずは作り置きをアレンジして再加熱。サブのおかずは朝詰めるだけ。あとは卵のおかずで完成！このパターンで楽しく美味しい弁当ライフを始めませんか？物価高が続く今、節約にもなって良いかも？これであなたも弁当マスター。

『全日本失敗写真選手権』



（ワニ・プラス）
失敗とは努力してできるものではない。露出やシャッタースピードのミスにより偶然にも誕生した失敗写真。そんな名作品を一挙大公開しています。アハハと楽しい気分を読めますよ。何かと慌ただし4月。疲れた時のお供にぜひどうぞ！

『「コミュカ」アップ実践講座』



（下平 久美子/オレンジページ）
初対面の人と話す機会が増えるこの時期。でも、この本を読めば誰とでも気まずくならず会話が続くそうです。本当なのか半信半疑な気もしますが、ぜひレッツトライ！見やすいイラストや実例が多くて読みやすいです。読み終わった頃には最強のコミュカがゲットできているかも。

☆こちらもおススメ☆

- 『毎日ラクするつくりおき弁当』（tami/学研プラス）
 - 『お弁当サンド』（若山 曜子/KADOKAWA）
 - 『西荻窪日常軒のお弁当』（嶋崎 恵里奈/大和書房）
 - 『通園通学グッズ大集合!』（日本ヴォーグ社）
 - 『すぐ作れる通園通学BOOK』（日本ヴォーグ社）
 - 『会話は、とぎれていい』（加藤 綾子/文響社）
 - 『2度目の会話が続きません』（野口 敏/サンクチュアリ出版）
- 貸出中の本は予約もできます！

4月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
						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	29
30						

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん 「ひっこし」の絵本



春といえばひっこしシーズン！そこで今月のオススメは岡田よしあさんが描いた「たのしいひっこし」新しい街に引っ越してきたはるお。早速はるおは近所の散歩に出かけました。最初に会ったのはイヌとネコ。すると2匹はシマウマのお家に連れて行ってくれました。しかし、どんどん予想もしない展開に！ヘンテコで楽しい絵本です。

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティーセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



★ 今月のおすすめ ★

新社会人を応援!!
お仕事小説を紹介するよ



『転職の魔王様』
額賀 濤 / PHP研究所

春は気持ちや環境が自然とリフレッシュする季節。新たな夢・希望・目標に向けて張り切ろうとするなか、紹介するのはなぜか転職のはなし！すでに何かしらの壁にぶつかり、もがいているはなし。魔王様からの心をえぐるありがたい話を聞いてみよう。



こども読書週間のお知らせ



こども読書週間にあたる、4月27日(木)から5月10日(水)のあいだ、三光図書館では以下のイベントを予定していますので、ぜひ皆さんの参加をお待ちしております。

1

数量限定
しおりプレゼント

本を5冊以上借りてくれた人に1つしおりを差し上げます。

2

折り紙おもちゃ
プレゼント

折り紙で作ったおもちゃなどをプレゼントします。

3

雑誌 無料配布

三光図書館内にて無くなるまで行ってあります。

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

- 『世界史を変えたスパイたち』
池上 彰(軍事・社会)
- 『養老先生、再び病院へ行く』
養老 孟司(医療・自然)
- 『定年後のお金、なんとかなる超入門』
和泉 昭子(家庭・生活)
- 『この世の喜びよ』
井戸川 射子(小説・文学)
- 『4月1日のマイホーム』
真梨 幸子(小説・文学)

- 『明日も一日きみを見てる』
角田 光代(エッセイ・文学)
- 『成熟スイッチ』
林 真理子(エッセイ・文学)
- 『大雪のサバイバル』
(児童/しぜんかがく)
- 『くすのきだんちのひ・み・つ』
武鹿 悦子(児童/えほん)
- 『七瀬くん家の3兄弟』
青山 そらら(児童/よみもの)

つぶやき



みなさま、今年度も三光図書館をよろしくお願いいたします。前年度から職員は変わらず、いつものように今年度もやっていこうと思います。たぶん。おそらく。まあまあ。

今月からダラダラ生活からの脱却を模索中。去年は五月病から始まり年末にぎっくり腰、そして健康診断ではいい結果が出ず、なんとなく体の調子が良くなかったので、身も心も入れ替えていこうと思います。



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐車地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15~10:25
第3木曜	西秣住宅	10:30~10:40
4/6	岸ノ上地区	10:45~11:05
	秣小学校	13:00~13:40
4/20	双葉ヶ丘幼稚園	14:10~14:50
	アメニティタウン	15:05~15:20
第2木曜	深秣保育園	15:30~16:00
	下小袋地区	10:10~10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25~10:40
	土田集会所	10:45~11:00
4/13	グループホームさつき	11:05~11:30
	真坂小学校	13:00~13:40
4/27	下佐知バス停付近	14:00~14:10
	佐知集会所	14:15~14:30
	牛ノ首集会所	14:35~14:50
	渋見地区	15:05~15:20
	白木集会所	15:35~15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00~16:30

曜日	駐車地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10~10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25~10:35
	小倉谷	10:40~10:55
4/7	木崎橋	11:00~11:15
	山口小学校	13:00~13:40
4/21	三光郵便局	13:45~13:55
	ユタカ電器店	14:00~14:15
	白木原自動車	14:20~14:30
	西小路地区	14:35~14:50
	橋本商店	14:55~15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15~15:45
第2金曜	箭海荘	10:00~10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30~10:45
	尾下集会所	10:50~11:05
4/14	深水小学校	13:00~13:35
	浪立宮下橋付近	13:40~13:50
4/28	小路住宅	14:00~14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20~14:35
	修光園	14:45~15:15
	福祉センター	15:30~16:00

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

三光図書館だより

2023年（令和5年）5月号

学生時代から30代半ばまではコンタクトレンズ生活でした。今となつては珍しいハードコンタクトです。しかし、コンタクトを着けたり外したりが年々面倒臭くなり、おサラバすることに。使い捨てではなく、ハードコンタクトを捨てるなんて所業、あの時の私はスギちゃんよりもワイルドでした。ところで、目を良くするためには遠くの緑を見ろ！と親に言われ続けてきましたが、本当に効果があったのでしょうか？

みどり！みどり！みどり！！

5月は緑がモリモリ眩しい季節。そこで今月は緑にまつわる本を集めてみました。草花や木や庭、食べ物、風景、表紙が緑・・・。いろんな緑が三光に大集合です！

『香りを楽しむ庭木の本』



（三上 常夫/講談社）
散歩の途中で目にする色んなお宅の木や花。何という名前か気になることってありませんか？そんな疑問が解決する1冊です。季節別に植物を紹介していて、緑のみならず、花も色鮮やかで綺麗です。この本があればあなたも緑マスター！！

『おかげさまで、注文の多い笹餅屋です』



（桑田 ミサオ/小学館）
津軽半島に伝わる笹餅。餅を笹の葉で包んで蒸したのですが、見た目は鮮やかな緑！90歳を超えた今も現役で笹餅作りを続ける桑田さんの自叙伝です。桑田さんの仕事に対する思いや常に感謝の心など、勉強になることが詰まっています。

『ちょこっと、つまみ』



（河出書房新社）
シンプルに表紙が緑！なので紹介してみました。様々な作家のかたが酒やおつまみに関するエピソードを記したエッセイ集です。どのエッセイもとにかくおつまみが美味しそう。これからビールが美味しくなる季節。酒を楽しみつつ、おつまみを楽しみつつ、本を読んでみませんか？

☆こちらもおススメ☆

- 『たのしい路上園芸観察』（村田 あやこ/グラフィック社）
- 『食虫植物』（鈴木 廣司/笠倉出版社）
- 『草取りにワザあり!』（西尾 剛/誠文堂新光社）
- 『粘土で作る多肉植物』（ブティック社）
- 『サワコの朝』（阿川 佐和子/大和書房）
- 『小説家の日』（井上 荒野/文藝春秋）
- 『九州の島めぐり 58の空と海』（吉村 靖徳/海鳥社）

貸出中の本は予約もできます！

5月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
	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	29	30	31	6/1	6/2	6/3

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん アーノルド・ローベルの絵本



しっかり者のかえるくんとうっかり屋のがまくん。そんな2人の日常を描いたシリーズが有名ですが特にオススメは「ふたりはきょうも」の中の「ぼうし」というお話。がまくんの誕生日にかえるくんは帽子を贈りました。しかし、帽子が大きくてがまくんは前が見えません！あちこちにぶつかるがまくん。一体どうなってしまうのでしょうか？

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今月の特集 ～ 母の日だから、母を集めてみた ～

今月は『母の日』。おかあちゃんいつもありがとう！お世話になっております!!の気持ちを込めて、いろんな母が出てくる小説を紹介します。いや～久しぶりに「母」について深く考えてみました。



『東京タワー』
リー・フワカー / 扶桑社

私の一生手元に置いておきたい本のひとつです。この本をもって新人研修先の東京に行ったのは良い思い出です。主人公が進学する時のオカンとのやり取りは今思い出しても泣けてくるし時々出てくるオトンはなぜか憎めない。ぬか漬けは結局誰が…



『マガコン』
角田 光代 / 集英社

全人類、男も女も関係なくみな「マガコン」だ、と思っています。何かしら母に対してある素直で複雑な想い。子供からみた大好きで大嫌いで、どうでもよい存在でとても大切な存在の母たちが出てきます。ビターでねっとり絡みつく短編集です。



『母親からの小包はなぜこんなにダサイのか』
原田 ひ香 / 中央公論新社

タイトル通り、ひとり暮らし経験者にはよく分かるあるある話となっています。温かな想いが詰まった物語です。いざ開封～！母が子を想う気持ちがふんだんに詰まった小包たち最近、通販サイトからしか届かないのでとても懐かしかったです。

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

- 『70代で死ぬ人、80代でも元気な人』 和田 秀樹(人生訓・哲学)
- 『新・教場』 長岡 弘樹(小説・文学)
- 『るるぶこどもとあそぼ!九州2023』 (ガイドブック・地理)
- 『魔女と過ごした七日間』 東野 圭吾(小説・文学)
- 『小屋を建てる』 (建築・技術)
- 『とにかくかわいいいきもの図鑑』 今泉 忠明(児童/かがく)
- 『楽ありゃ苦もある地味ごはん』 和田 明日香(料理・家庭)
- 『ほねほねザウルス 27』 (児童/よみもの)
- 『農家が教える野菜の収穫・保存・料理』 (野菜・園芸)
- 『ぼくはいったいどこにいるんだ』 ヨシタケ シンスケ(児童/えほん)

つぶやき

最近、郵便局のおいちゃん、おにいちゃん達が赤い原チャリの練習をしているところを見ました。小さい敷地内で何台もの赤い原チャリが一列に並んで走ったり、止まったりしてくるくる回ってました。このように安全・安心運転を確認しながら日々配達をしてくれているんだなあと有難く、信号で止まっている車の中から眺めてました。春ですね～*



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐車地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15～10:25
第3木曜	西萩住宅	10:30～10:40
5/18	岸ノ上地区	10:45～11:05
	萩小学校	13:00～13:40
	双葉ヶ丘幼稚園	14:10～14:50
5/4 運休 祝日の為	アメニティタウン	15:05～15:20
	深萩保育園	15:30～16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10～10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25～10:40
	土田集会所	10:45～11:00
5/11	グループホームさつき	11:05～11:30
	真坂小学校	13:00～13:40
	下佐知バス停付近	14:00～14:10
5/25	佐知集会所	14:15～14:30
	牛ノ首集会所	14:35～14:50
	渋見地区	15:05～15:20
	白木集会所	15:35～15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00～16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐車地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10～10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25～10:35
	小倉谷	10:40～10:55
5/20	木崎橋	11:00～11:15
	山口小学校	13:00～13:40
	三光郵便局	13:45～13:55
	ユタカ電器店	14:00～14:15
	白木原自動車	14:20～14:30
5/5 運休 祝日の為	西小路地区	14:35～14:50
	橋本商店	14:55～15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15～15:45
第2金曜	箭海荘	10:00～10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30～10:45
	尾下集会所	10:50～11:05
5/12	深水小学校	13:00～13:35
	浪立宮下橋付近	13:40～13:50
5/26	小路住宅	14:00～14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20～14:35
	修光園	14:45～15:15
	福祉センター	15:30～16:00

三光図書館だより

2023年（令和5年）6月号

この時期といえば梅！一時期梅シロップ作りにハマっていました。青梅や完熟梅で作ったり砂糖の種類を変えてみたり、年によってバージョンは色々。でも、作るといっても梅と砂糖をビンにバンバン放り込むだけ。近年よく耳にする「梅しごと」のようにオシャレで丁寧な暮らしとはほど遠いです。あまりに適当すぎて大失敗してビンから泡がブクブク噴き出したことも。大事故でした～。今年は久々に作りたいです。

ルポルタージュ ～真実に迫る～

筆者の実体験をまとめた「ルポルタージュ」を集めてみました。テーマは様々、読みごたえも充分。梅雨だから、おうちで過ごす時間が増える今こそ読んでみませんか？

『「山奥ニート」やっています。』



（石井 あらた/光文社）

和歌山県のとある限界集落の廃校にて、なるべく働かずにニート生活を送る石井さんの実録です。ニートでどうやって生活できるのか？山奥だから可能なのか？ちょっと理解が追いつかないですが、読み進めると徐々に謎が解けていきます。

『サバイバル家族』



（服部 文祥/中央公論新社）

一時期ニートになったり、老鶏ホームを作ったり、ニワトリを捌いて食べたり。狩る、飼う、捌くといった原始的な生活を都会で送る服部さん家族5人のこれまでを記録しています。家族がそれぞれ自分の力で生きようとする力が逞しいです。

『親のトリセツ』



（カータン/KADOKAWA）

突然視力を失った父、鬱から認知症を発症した母。そんな両親を介護するカータンの毎日を綴っています。重く大変そうかと思いきや、笑い多めで涙もありの日々が描かれています。40代独身、両親は今のところ元気な私にとっても避けては通れない介護。勉強になりました。

☆こちらもおススメ☆

『ナガサレール イエタテール』（ニコ・ニコルソン/太田出版）

『ある行旅死亡人の物語』（武田 惇志/毎日新聞出版）

『東京藝大ものがたり』（あららぎ 菜名/飛鳥新社）

『こう見えて失語症です』（米谷 瑞恵/主婦の友社）

『ペコロスの母の忘れもの』（岡野 雄一/朝日新聞出版）

『100日間おなじ商品を買続けることでコンビニ店員からあだ名をつけられるか。』（与謝野/光文社）

貸出中の本は予約もできます！

6月の図書館カレンダー ■ 休館日

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

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん ☂「あめ」の絵本☂



6月といえば梅雨！雨の絵本を紹介します。オススメは「モリくんのあめふりぴーまんカー」食べ物を使って車を作るのが得意なコウモリのモリくん。ある日、ピーマンを使って車を作りました。みんなで仲良くピーマンカーに乗ってお出かけ！しかし、運転を誤ったモリくんは翼をケガして空を飛べなくなってしまう。モリくん一大事！

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティーセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今の特集 ～ こんどはいろんな父を for You... ～

先月は母の日特集で母が出てくる小説を紹介しました。今月は『父の日』。なので安直ですが今月もいろんな父が出てくる小説を紹介します。本当にいつもありがとう父！感謝してるよ父!!せんきゅー☆



『銀河鉄道の父』
門井 慶喜 / 講談社

父・政次郎からみた宮沢賢治の生涯。明治大正の時代にこんな親バカはなかなかいなかったと思います。家業を継がず学問の道に進み詩や童話創作に情熱を注ぐ息子。それを支える父親。不器用で愛情深い父なのにふたりの子に先立たれると思うと。。



『育休刑事(デカ)』
似鳥 鶏 / 幻冬舎

殺人現場にあかちゃんが臨場!?お人好しの刑事(パパ)と動じない見習い(あかちゃん)は謎現場をどのように解決していくのか。前代未聞、予想不可能の本格ミステリーをお届け。おい育休中なんだから子育てに専念しろよというツッコミはなしで♡



『プリテンド・ファーザー』
白岩 玄 / 集英社

妻と死別しシングルファーザーとして娘と過ごす恭平と妻の海外勤務によりワンオペで息子と過ごす章吾。利害一致のもと始まった共同生活はすぐにほころびが出てくる。そう楽にことは進みません。新しい拡張家族の物語は読者に何を伝えるのか？

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

『闘いの庭 咲く女』

ジェーン・スー(伝記・歴史)

『たまさんの食べられる庭』

中川 たま(料理・家庭)

『私のカントリー No.118』

(インテリア・家庭)

『子どもと一緒に覚えたい野菜の名前』

(園芸・農業)

『水戸岡鋭治デザイン&イラスト図鑑』

水戸岡 鋭治(工業デザイン・芸術)

『街とその不確かな壁』

村上 春樹(小説・文学)

『合理的にあり得ない 2』

柚月 裕子(小説・文学)

『ざんねんないきもの事典とことん』

今泉 忠明(児童/かがく)

『がっこうのおばけずかん』

斎藤 洋(児童/よみもの)

『ふしぎ駄菓子屋銭天堂 19』

廣嶋 玲子(児童/よみもの)

つばやき

病院内で隣りのおばあちゃんたちの会話が聞こえてきました。すごく久しぶりに再会したみたいで、あんた最近見かけなかったけど、どうしてたん？と聞いていたみたいです。すると聞かれたおばあちゃんはゆっくりと聞いてきたおばあちゃんの近くでささやくように『新婚旅行♡』でいなかったとニタニタしながら返していました。ええ返しでした(笑)。



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐車地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15~10:25
第3木曜	西秣住宅	10:30~10:40
6/ 1	岸ノ上地区	10:45~11:05
	秣小学校	13:00~13:40
6/15	双葉ヶ丘幼稚園	14:10~14:50
	アメニティタウン	15:05~15:20
	深秣保育園	15:30~16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10~10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25~10:40
	土田集会所	10:45~11:00
6/ 8	グループホームさつき	11:05~11:30
	真坂小学校	13:00~13:40
6/22	下佐知バス停付近	14:00~14:10
	佐知集会所	14:15~14:30
	牛ノ首集会所	14:35~14:50
	渋見地区	15:05~15:20
	白木集会所	15:35~15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00~16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐車地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10~10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25~10:35
	小倉谷	10:40~10:55
6/ 2	木崎橋	11:00~11:15
	山口小学校	13:00~13:40
6/16	三光郵便局	13:45~13:55
	ユタカ電器店	14:00~14:15
	白木原自動車	14:20~14:30
	西小路地区	14:35~14:50
	橋本商店	14:55~15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15~15:45
第2金曜	箭海荘	10:00~10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30~10:45
	尾下集会所	10:50~11:05
6/ 9	深水小学校	13:00~13:35
	浪立宮下橋付近	13:40~13:50
	小路住宅	14:00~14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20~14:35
	修光園	14:45~15:15
	福祉センター	15:30~16:00

三光図書館だより

2023年（令和5年）7月号

むかごって知っていますか？山芋の子供みたいな食べ物で、収穫期は秋。うちでは父がむかごを毎年庭で育てています。5月頃から芽吹き、異常な繁殖力で葉っぱはワサワサ。夏には緑のカーテン的役割も担います。しかし！この葉にはビックリする位巨大なイモムシがつくのです！どんな蛾になるのか知らんけど怖い。そして、イモムシにビビりながら庭を通らねばならないなんて悔しい。そんな我が家の夏到来です。

「占い」を通して諭吉先生を徹底解剖！！

諭吉先生の特徴といえば鼻の横のほくろ。人相占いによると、この位置のほくろは都会に羽ばたき、人のために尽力する相だとか。当たってる！他にも色んな占い結果を踏まえて、諭吉先生の伝記を読みながら検証してみませんか？占いを楽しみながら諭吉先生にも詳しくなれます！三光発不滅の福澤プロジェクトです。

『日本で一番わかりやすい人相診断の本』



(宮沢 みち/PHP研究所)

上に記した人相占いの出典はこの本です。ほくろの位置以外にも、目や鼻など顔のあらゆるパーツから占うことができます。諭吉先生の写真を見比べながら読み進めると、当たってる！と驚く部分が多いかも？みんなで読んで面白そうです。

『干支で見る性格判断』

(杉原 理/幻冬舎ルネッサンス)



諭吉先生は1835年生まれだそうです。干支で言うと未年。さて、未年の人はどんな性格なのでしょう？この本を読めば色々詳しく分かりますよ！全部が当たることは難しいかもしれませんが、「なるほど！」と思える部分は多そうです。

『福沢諭吉』



(浜野 卓也/ポプラ社)

中津に住んでいると子供の頃から身近な存在でもある諭吉先生。江戸時代から明治時代にかけて残した功績をあらためて振り返ってみませんか？子供向けの本ですがわかりやすく詳しく書いていて、とても勉強になります。クイズや写真も豊富です。諭吉先生再発見にぜひどうぞ！

☆こちらもおススメ☆

『よくわかる手相』(仙乙 恵美花/西東社)

『「攻め」の姓名判断』(相良 明酔/グラフ社)

『<誕生日別>性格事典』(ムッシュムラセ/PHP研究所)

『1秒で分かる!人相術』(Love Me Do/光文社)

『自由を創る 福沢諭吉』(石崎 洋司/講談社)

『福沢諭吉 コミック版世界の伝記』

(吉田 健二/ポプラ社)

貸出中の本は予約もできます！

7月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
						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	29
30	31					

開館時間：10:00～18:00

休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん

🍉「なつ」の絵本 🍉



「ルッキオとフリフリおおきなスイカ」が今月の特にオススメです。2匹で仲良く暮らす猫のルッキオとフリフリ。ある日、2匹は庭で大きなスイカを見つけました。スイカを売ったら憧れのマグロを買うことができると思いつき、早速2匹はスイカを売のために海辺へと出かけて行きます。しかし、スイカは売れないうえに事件も起こり・・・。

■ 中津市立三光図書館 (三光コミュニティセンター内)

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200 (直通)

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今の特集 ～ 芥川賞・直木賞の候補作をご紹介します ～

先月、第169回の芥川賞・直木賞の候補作が決定しました。7月19日(水)の受賞発表まで各作品を読み比べてみませんか？(芥川賞の候補作はほぼ雑誌掲載のみなので、単行本になるまでお待ちください。)

■ 直木賞候補作 ■

『**骨灰(コッパイ)**』
沖方 丁(うぶかた とう) / KADOKAWA
初のホラー長編。灼熱の恐怖が迫る。

『**極楽征夷大將軍**』
垣根 涼介(かきね りょうすけ) / 文藝春秋
やる気も執着もない人間がなぜ天下を!?

『**踏切の幽霊**』
高野 和明(たかの かずあき) / 講談社
戦慄で感動の幽霊譚(ゴースト・ストーリー)。

『**香港警察東京分室**』
月村 了衛(つきむら りょうえ) / 小学館
圧巻のポリスアクション小説。

『**木挽町のあだ討ち**』
永井 紗耶子(ながい さやこ) / 新潮社
この"あだ討ち"の真実を見破れ!



■ 芥川賞候補作 ■

『**我が手の太陽**』
石田 夏穂(いしだ かほ)

『**ハンチバック**』
市川 沙央(いちかわ さおう)

『**##NAME##(ネーム)**』
児玉 雨子(こだま あめこ)

『**エレクトリック**』
千葉 雅也(ちば まさや)

『**それは誠**』
乗代 雄介(のりしろ ゆうすけ)

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します!

『**70歳からの人生相談**』
毒蝮 三太夫(人生訓・心理)

『**エレガントな毒の吐き方**』
中野 信子(対人関係・社会)

『**72歳、好きな服で心が弾む、ひとり暮らし**』
コロリ(人生設計・生活)

『**私のゆるっと植物生活**』
くるみどりちゃんねる(植物・園芸)

『**おやごころ**』
島中 恵(小説・文学)

『**ご先祖さまのお帰りは**』
宇都宮 信子(エッセイ・文学)

深水の話が盛りだくさん!
三光の方はぜひ見てほしい。
※著者は三光地区の方です。

『**ようかいとりものちょう17**』
大崎 梯造(児童/よみもの)

『**ちいかわなぞなぞブック**』
ナガノ(児童/クイズ)

つぶやき

はじめて"マーチン"こと鈴木雅之さんのライブに行ってきました。お色気ムンムンでした。さすがラブソングの帝王。素敵な一夜をありがとう。夢のような2時間半!最後は歴代のヒット曲のオンパレードで老若男女が会場内でハッスルしていました。曲の合間のトークも楽しく、通販番組の夢グループのくだりは本当に最高でした!デ-ブデ-ブシ-デ-笑

LIBRARY LIBRARY LIBRARY 今月の三光移動図書館カレンダー LIBRARY LIBRARY LIBRARY

曜日	駐心地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15~10:25
第3木曜	西秣住宅	10:30~10:40
	岸ノ上地区	10:45~11:05
7/6	秣小学校	13:00~13:40
	双葉ヶ丘幼稚園	14:10~14:50
7/20	アメニティタウン	15:05~15:20
	深秣保育園	15:30~16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10~10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25~10:40
	土田集会所	10:45~11:00
7/13	グループホームさつき	11:05~11:30
	真坂小学校	13:00~13:40
7/27	下佐知バス停付近	14:00~14:10
	佐知集会所	14:15~14:30
	牛ノ首集会所	14:35~14:50
	渋見地区	15:05~15:20
	白木集会所	15:35~15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00~16:30

曜日	駐心地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10~10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25~10:35
	小倉谷	10:40~10:55
7/7	木崎橋	11:00~11:15
	山口小学校	13:00~13:40
7/21	三光郵便局	13:45~13:55
	ユタカ電器店	14:00~14:15
	白木原自動車	14:20~14:30
	西小路地区	14:35~14:50
	橋本商店	14:55~15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15~15:45
第2金曜	箭海荘	10:00~10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30~10:45
	尾下集会所	10:50~11:05
7/14	深水小学校	13:00~13:35
	浪立宮下橋付近	13:40~13:50
7/28	小路住宅	14:00~14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20~14:35
	修光園	14:45~15:15
	福祉センター	15:30~16:00

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

三光図書館だより

2023年（令和5年）8月号

暑い日が続くので、水筒の中は氷増し増しにしてお茶を職場に持って行きます。が、最近水筒をすっかり家に忘れて出勤してしまうことが増えてきました。必ず土日限定。ある時はピアノの上、またある時は玄関の前など忘れ現場は様々。気付いた時のガッカリ具合といたら。老化かな？やっぱり年だからかな？家に帰って飲んでも美味しいですが、なんかすごくむなし。どうせなら仕事の合間に飲みたかったよ〜。

「疲れ」からの卒業！！

暑くてバテ気味の毎日。そんな日々を疲れ知らずで過ごせる夢のような本を集めました。

読んで実践したら、あら不思議！たちまち元気に！！残りの夏を元気に過ごしましょう！

『疲れにくいコツ』



(マガジンハウス)

脳にある自律神経が働きすぎると疲れを感じるそうです。まさに暑さは大敵！そこで、食事や睡眠や運動などを工夫して自律神経を元気に保ちましょう。そんな裏ワザが多数載った1冊です。毎日できる簡単なことが多いので今日から実践！

『疲れにくい食べ方』



(梶本 修身/扶桑社)

疲れの原因は脳の影響が大きいそうです。この本では、疲れのメカニズムと疲れを本当にとってくれるメニューを多数紹介しています。毎日の食事にちょっと気を配るだけで疲れ知らずの元気な毎日！早速今日から作ってみて試す価値あります。

『太らない、疲れにくい呼吸・姿勢・歩くの新常識』



(日経BP社)

深い呼吸法、正しい姿勢、血流アップする歩き方。この3つを正しくマスターすると太らないし疲れにくい体を手に入れられるそうです。疲れにくいどころか太らないなんて、まさに夢のよう！！でも本当にそんなことが可能なのでしょうか？気になりますが、まずはレッツチャレンジ。

☆こちらもおススメ☆

『疲れにくいカラダ大図鑑』(夏嶋 隆/アスコム)

『しつこい疲れは食事で解決!』(中間 良子/祥伝社)

『疲れたら動け!』(小林 弘幸/クロスメディア)

『体の不調を整える。』(宝島社)

『疲労回復ストレッチ』(小林 邦之/成美堂出版)

『ゆるっと養生』(櫻井 大典/宝島社)

『ずぼら瞑想』(川野 泰周/幻冬舎)

貸出中の本は予約もできます！

8月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
		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	29	30	31		

開館時間：10:00～18:00

休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん かわいはなし



夏といえばかわいはなし！特にオススメは「おぼろの駅」裏山を探検して道に迷ったぼくが見つけた小さな駅。駅に列車がやって来たので早速乗り込むことに。しかし、列車の中はなんだか様子がおかしくて、ぼくが列車から降りようとしても降りることができません！ぼくは無事におうちへと帰り着くことができるのでしょうか？

■ 中津市立三光図書館 (三光コミュニティセンター内)

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200 (直通)

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今月の特集 ～ 暑い夏には熱い物語を！ ～



今年の夏も本当に暑いですね！朝から晩まで灼熱。ここは地獄でしょうか。そしたら私はどんな罪で罰を受けているのでしょうか。できれば等活地獄の不喜処がいいです。では、熱い物語を紹介します。



『ひまわり事件』
荻原 浩 / 文藝春秋

老人と幼児が施設運営をめぐるバトルが勃発!?隣接する老人ホームと幼稚園。お年寄りと子供たちは各施設で何隔てなく過ごしてした。がしかし理事長の思いつきで相互交流を余儀なくされる。お互い不満を抱きつつのお付き合い。さてどうなる!?



『あすなろ三三七拍子』
重松 清 / 毎日新聞社

フツの中年おっさんが業務命令で社長の出身大学の応援団へ出向だ！おっさんが学ラン姿で若者を応援。これはもう仕事ではなく罰ゲームではないのだろうか…。おっさんの青春プレイバック物語。馬鹿馬鹿しいこと盛りだくさん。でも泣ける。



『キケン』
有川 浩 / 新潮社

ヤバイ奴らが巻き起こす熱血青春ドタバタ劇。理系男子、基本、アホの子が多いです。ホントです。工学部にいたので手に取るようにわかります。色んな電気回路を学ぶのにあいつらは直列接続の直列回路の思考回路しか持っていません。なぜだ？

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

『九州パワーマWalker 2023-2024』

(観光・地図)

『銀色幻視行』

恩田 陸(小説・文学)

『心とカラダが整う「ゆる習慣」』

(健康・自然)

『くもをさがす』

西 加奈子(児童・ジュ・文学)

『ガレージの創り方』

(DIY・生活)

『水害のサバイバル』

(児童/かがく)

『メメントモリ』

ヨシタケ シンスケ(画集・芸術)

『おふろおじゃまします』

たしろ ちさと(児童/えほん)

『静夫さんと僕』

埴 宣之(エンタメ・芸術)

『怪盗ファンタジスタ』

秋木 真(児童/よみもの)

つばやき



先月、オラの村で水道管が老朽化で漏水しまった。しかも大雨が続く時に漏水したもんで漏水箇所を見つけるまでに3日もかかってしもうて、そりゃもうていへんだったんだわ。その間、オラの村は断水で使い時に水が出ねえというストレスフルな日々を過ごしたんじゃけど、もう二度とあげなことになるとうねえなあと心から思った。おしまい。



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐心地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15～10:25
第3木曜	西株住宅	10:30～10:40
8/ 3	岸ノ上地区	10:45～11:05
	株小学校	13:00～13:40
8/17	双葉ヶ丘幼稚園	14:10～14:50
	アメニティタウン	15:05～15:20
第2木曜	深株保育園	15:30～16:00
第4木曜	下小袋地区	10:10～10:20
	小袋公民館	10:25～10:40
8/ 9	土田集会所	10:45～11:00
	グループホームさつき	11:05～11:30
8/16	真坂小学校	13:00～13:40
	下佐知バス停付近	14:00～14:10
	佐知集会所	14:15～14:30
	牛ノ首集会所	14:35～14:50
	渋見地区	15:05～15:20
	白木集会所	15:35～15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00～16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐心地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10～10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25～10:35
	小倉谷	10:40～10:55
8/ 4	木崎橋	11:00～11:15
	山田小学校	13:00～13:40
8/18	三光郵便局	13:45～13:55
	ユタカ電器店	14:00～14:15
	白木原自動車	14:20～14:30
	西小路地区	14:35～14:50
	橋本商店	14:55～15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15～15:45
	第2金曜	箭海荘
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30～10:45
	尾下集会所	10:50～11:05
8/25	深水小学校	13:00～13:35
	浪立宮下橋付近	13:40～13:50
	小路住宅	14:00～14:15
	古城(カシヨ)橋付近	14:20～14:35
	修光園	14:45～15:15
8/11 運休 祝日の為	福祉センター	15:30～16:00

三光図書館だより

2023年（令和5年）9月号

この夏は私の中で空前のお酢ブーム！あらゆる食べ物にお酢をかけ、様々な飲み物にお酢を混ぜ、ただひたすらに酸っぱさを求めて過ごしました。ただ、飲み込む時に注意しないと凄い勢いでむせて、ゴホゴホ咳込みます。しかし、むせてもめげずに酸っぱさに立ち向かうという完全に狂いの境地の夏でした。さて、9月22日は三光図書館の引越し記念日！もう2年です。これからも皆さまのご来館をお待ちしています。

お金について、あれこれ！

9月2日は宝くじの日！そこでお金にまつわる色んな本を集めてみました。ここはぜひ宝くじを買って目指せ一攫千金！当たった瞬間を想像すると夢が膨らみますね～。ドリームジャンボ！！

『お金が貯まる人って何をしているんですか？』



（横山 光昭/KADOKAWA）
お金と上手に付き合っている人は、お金に愛される習慣が身に付いているそうです！そこで、著者の横山さんが節約や投資のプロ達と対談し、お金に愛される習慣を具体的に探ります。読み進めると今日からお金が貯まりそうになってきます。

『書けば貯まるお金ノート』



（づん/ぴあ）
日々の支出をひたすらノートに書くだけ。これだけでお金が貯まるそうです！少し疑わしい気もしますが、まずはレッツトライ！自らの手で写経の如く書くことによって、お金の使い方のクセが掴めるみたいです。書くことの大切さを感じます。

『71歳、年金額5万円、あるもので工夫する楽しい節約生活』



（紫苑/大和書房）
月に5万円の年金をやりくりして暮らす紫苑さんの日常を綴ります。お金が少なくても工夫して楽しく生活しています。また、インテリアや雑貨の飾りかたが素敵で参考になる所がたくさん！私にも間もなくやって来るシニアライフ。この本をバイブルにして楽しく過ごしたいです。

☆こちらもおススメ☆

- 『少しでもお金で得するのはどっち？』（扶桑社）
- 『お金が貯まる財布のひみつ』（横山 光昭/新潮社）
- 『ゆるっとお金と暮らしを整える本』（日経BP）
- 『スッキリわかる!お金の基本』（丸山 晴美/宝島社）
- 『ジェイソン流お金の増やし方』（厚切りジェイソン/ぴあ）
- 『こどもと一緒に読む投資の話』（日野 秀規/ぱる出版）
- 『1時間でわかるお金の増やし方』（加藤 啓之/技術評論社）

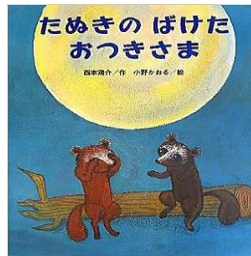
貸出中の本は予約もできます！

9月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
					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	29	30

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん ♪ 「月」にまつわるおはなし ♪



オススメは「たぬきのばけたおつきさま」山で暮らす1匹のたぬき。しかし、友達のたぬきはお母さんを亡くして以来元気がありません。友達に元気になってもらいたいたぬきは、良いことを思いつきます！交番のお巡りさんにも協力してもらい、2匹のたぬきとお巡りさんが手と手を取り合うラストシーンは感動すること間違いなしです！！

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今の特集 ～ 黒・ブラック・ノワール・シュヴァルツ ～

9月6日は語呂合せで"黒の日"らしいですよ。ちなみに"松崎しげるの日"でもあるらしいです。個人的に前述の后者の記念日がツボにはまったので、今月は黒々しい小説をご案内します。(愛のメモリー♪)



『ザ・ブラックカンパニー』
江上 剛 / 光文社

夢なし！金なし！人生憂き目の25歳の青年が再起をかけてブラック企業に就職。目指せ赤いフェラーリ!!上司からの無茶振りな仕事、暴言は当たり前。休みなしなのに給料はズメの涙。再起をかけたのにまだ人生のどん底だ。立ちあがってくれ青年。



『夢を売る男』
百田 尚樹 / 太田出版

出版業界の裏側をシニカルとユーモアたっぷりで描くブラックコメディ。この物語には自意識過剰でいびつな欲まみれの人間がたくさん出てきます。そんな人達が出版したい本とはどんな内容なのか。それを編集者が面白おかしくさばっていきます。



『暗黒残酷監獄』
城戸 喜由 / 光文社

すごい高校生が登場します。人妻との不倫に愉しみを見出す未成年ですって、奥さん。石田衣良著の「娼年」では大学生でしたが、高校生ですよ高校生。まあ・・・都会に行けばいなくはないか。この高校生にはどんな結末が待っているのでしょうか。

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

- 『世界の映画の舞台&ロケ地』 (観光・地図)
- 『シニアの手間なし栄養ごはん』 (健康・自然)
- 『子どもにかかるお金大全』 寺澤 真奈美(家庭経済・生活)
- 『超訳古今和歌集』 noritamami(古典・文学)
- 『治験島』 岡田 秀文(小説・文学)
- 『極楽征夷大將軍』(直木賞受賞) 垣根 涼介(小説・文学)
- 『もっと悪い妻』 桐野 夏生(小説・文学)
- 『どっちが強い!? A 3』 (児童/かがく)
- 『ばけばけばけばけばけたくん ゆうえんちの巻』 岩田 明子(児童/えほん)
- 『かいけつゾロリいきなり王さまになる?』 原 ゆたか(児童/よみもの)

つぶやき

今年の夏も暑いですね。エアコンがないと生活ができません。昔々ひとり暮らしをしていた時、二年間エアコンなし生活をしていました。一年目は冷夏でなにもなく過ごせたのですが、二年目は酷暑で本当に辛かったです。翌年の大決算セールで値切りに値切ったエアコンを購入し、次の夏には快適な日々を過ごしました。冷房を効かせたなかのラーメンは最高でした。フフ。



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐車地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15~10:25
第3木曜	西秣住宅	10:30~10:40
9/7	岸ノ上地区	10:45~11:05
	秣小学校	13:00~13:40
9/21	双葉ヶ丘幼稚園	14:10~14:50
	アメニティタウン	15:05~15:20
	深秣保育園	15:30~16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10~10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25~10:40
	土田集会所	10:45~11:00
9/14	グループホームさつき	11:05~11:30
	真坂小学校	13:00~13:40
9/28	下佐知バス停付近	14:00~14:10
	佐知集会所	14:15~14:30
	牛ノ首集会所	14:35~14:50
	渋見地区	15:05~15:20
	白木集会所	15:35~15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00~16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐車地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10~10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25~10:35
9/15	小倉谷	10:40~10:55
	木崎橋	11:00~11:15
	山口小学校	13:00~13:40
9/1	三光郵便局	13:45~13:55
	ユタカ電器店	14:00~14:15
	白木原自動車	14:20~14:30
	西小路地区	14:35~14:50
	橋本商店	14:55~15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15~15:45
第2金曜	箭海荘	10:00~10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30~10:45
	尾下集会所	10:50~11:05
9/8	深水小学校	13:00~13:35
	浪立宮下橋付近	13:40~13:50
9/22	小路住宅	14:00~14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20~14:35
	修光園	14:45~15:15
	福祉センター	15:30~16:00

三光図書館だより

2023年（令和5年）10月号

緑のカーテンとして我が家の庭で活躍した「むかご」夏の終わりと共に役目を終え、実が残されました。むかごの実のご飯に混ぜたり、そのまま蒸したりして毎年消費するのですが、今年は父がお好み焼き風にしたたり、ハンバーグ風にしたり熱心にアレンジメニューを開発しています。美味しいっちゃ～美味しいですが、むかごはむかご。ハンバーグにはなれないよ～。そんなこんなで「食欲の秋」がやって来ました！

花と緑のある生活

10月の三光といえばコスモス祭り！！そこで今月は花と緑をテーマに本を集めてみました。ちょっと出かけてコスモスを楽しんで、家でも花と緑に囲まれて。思いきり癒されそうです。

『庭の楽しみ』



（境野 隆祐/翔泳社）

庭だったりベランダだったり、人が暮らす環境は様々。そんな環境別に庭を楽しむヒントやアイデアが詰まった1冊です。私は酸っぱいものが好きなので柑橘の実がなる庭に憧れます。レモンは意外にも手間いらずだとか。目指せ国産レモン！

『わたしのいつものごはん』



（栗原 はるみ/NHK出版）

なぜ料理の本と思ったあなた！栗原さんの料理本は花や緑が随所に登場するんです！食卓を彩る花、玄関でお客様をお出迎えする緑、栗原さん家の庭も素敵です。料理やお菓子を楽しみながら、花や緑で癒されて。一石二鳥で楽しめる1冊です。

『私のゆるっと植物生活』



（くるみどりちゃんねる/ワニブックス）

初心者でも！ひとり暮らしでも！日当たりの悪い部屋でも！植物は育てられます。具体的な苗や道具選び、植え替えや水やりのポイントなどを写真を交えてわかりやすく解説しています。まずは生活スタイルに合った1株から始めてみませんか。ここから素敵な植物ライフの幕開けです。

☆こちらもおススメ☆

『花と緑のあるインテリア』（主婦の友社）

『ときめく花図鑑』（中村 文/山と溪谷社）

『へんな名前の植物』（藤井 義晴/化学同人）

『落ち葉の呼び名事典』（亀田 龍吉/世界文化社）

『植物と暮らす毎日』（主婦の友社）

『GARDEN DIARY』（手紙社）

『樹木とリーフで小さな庭づくり』（安元 祥恵/ナツメ社）

貸出中の本は予約もできます！

10月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
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
29	30	31	11/1	11/2	11/3	11/4

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん



「たべもの」のおはなし

オススメは「おいしいもーさん」畑から出てきたおいしいもーさん。おうちが欲しくて、早速近くの家に住まわせてもらうことに。家で過ごしているとタコがやってきて「焼きいもになったらどうや？」と恐ろしい提案を！もーさんは焼かれてしまうのでしょうか？水滸伝や方丈記などの難しそうな本を読んでいるもーさん、意外と博識です！

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



☆ 今月のおすすめ ☆

夜のおともに本はいかが？
読書の秋を満喫しましょう



『オオルリ流星群』
伊与原 新 / KADOKAWA

大人たちが過去の傷に向かい合う再生物語。なんか読んでいてカラダのなかのよどみ(?)みたいなのがスーッと出ていくような感覚になりました。夏から秋にかけての時期の少しの涼しさが暑さで疲れたカラダをそっと労わってくれるようなそんな感覚です。

秋の読書週間のお知らせ

10月27日(金)～11月9日(木)より、秋の読書週間が始まります。三光図書館では、以下のイベントを予定していますので、ぜひ皆さんご参加ください。お待ちしております。

1

**数量限定
しおりプレゼント**

本を5冊以上借りてくれた人に1つしおりを差し上げます。

2

**オリジナルパス
ケースプレゼント**

以前、好評だったパスケースをもう一度プレゼントします。

3

雑誌・本 無料配布

三光図書館内に無くなるまで行っております。

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

『大人のゆったり旅』
柳沢 小実(観光・地理)

『冒険の書 AI時代のアンラーニング』
孫 泰蔵(教育・社会)

『犯罪心理学者は見た危ない子育て』
出口 保行(教育・社会)

『10秒で自律神経が整うツボゆらし』
久保 和也(家庭医学・自然)

『竜ちゃんのばかやろう』
上島 光(ノフィクション・演芸)

『月夜行路』
秋吉 理香子(小説・文学)

『契り橋 あきない世傳金と銀 特別編』
高田 郁(小説・文学)

『ジブリの食卓天空の城ラピュタ』
(児童/りょうり)

『アニマルバスとほしまつり』
あさの ますみ(児童/えほん)

『時間割男子 12』
一ノ瀬 三葉(児童/よみもの)

つばやき

秋ですね。秋は運動会に文化祭など学校行事がたくさんありますね。集団行動が苦手な私にとってとても苦痛な季節でもありました。特に文化祭で行われる合唱会は苦痛の最たるものでした。言っちゃ悪いが歌わないのは当たり前。学年が上がるたびにその態度は分かりやすくなってきました。そしてとうとうズル休みをする始末。そんな14の夜でした。

今月の三光移動図書館カレンダー

曜日	駐心地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15～10:25
第3木曜	西秣住宅	10:30～10:40
	岸ノ上地区	10:45～11:05
10/5	秣小学校	13:00～13:40
	双葉ヶ丘幼稚園	14:10～14:50
10/19	アメニティタウン	15:05～15:20
	深秣保育園	15:30～16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10～10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25～10:40
	土田集会所	10:45～11:00
10/12	グループホームさつき	11:05～11:30
	真坂小学校	13:00～13:40
10/26	下佐知バス停付近	14:00～14:10
	佐知集会所	14:15～14:30
	牛ノ首集会所	14:35～14:50
	渋見地区	15:05～15:20
	白木集会所	15:35～15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00～16:30

曜日	駐心地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10～10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25～10:35
	小倉谷	10:40～10:55
10/6	木崎橋	11:00～11:15
	山口小学校	13:00～13:40
10/20	三光郵便局	13:45～13:55
	ユタカ電器店	14:00～14:15
	白木原自動車	14:20～14:30
	西小路地区	14:35～14:50
	橋本商店	14:55～15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15～15:45
第2金曜	箭海荘	10:00～10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30～10:45
	尾下集会所	10:50～11:05
10/13	深水小学校	13:00～13:35
	浪立宮下橋付近	13:40～13:50
10/27	小路住宅	14:00～14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20～14:35
	修光園	14:45～15:15
	福祉センター	15:30～16:00

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

三光図書館だより

2023年（令和5年）11月号

ご飯も！パンも！麺も！お菓子も！！炭水化物が昔から大好きです。しかし、その悪影響で突き出た腹が引っ込まなくなりました。昔は食べても数時間で腹はへこんでいたのですが、今では朝起きた時点で突き出た腹とご対面♡こんなご対面はもうイヤなので、心を鬼にして腹へこませ作戦を頑張ろうと思っています。ただ、食欲の秋はまだまだ続く。頑張れるのか私？ところで、腹ってどうやったら引っ込むのかな？

冬に向けて！おしゃれ計画！！

「アレを着て、コレを重ねて・・・」おしゃれについて思い巡らすのが楽しい季節が到来です！年末年始に向けてお出かけも増えるこれからの季節。おしゃれな着こなしのお供にぜひどうぞ。

『大人になったら、着たい服 秋冬』



（主婦と生活社）
雑貨店主・翻訳家・デザイナーなど様々な分野で活躍されている皆さんの「おしゃれ」を紹介しています。ちょっと小物を足したり色を差したり、少しのプラスであら素敵！服や小物のパワーで気分が上がると今日1日が楽しくなりそうです。

『これまでの服が似合わなくなったら。』



（山本 あきこ/幻冬舎）
去年まで似合っていた服が今年はしっくり来ない。そんな経験はありませんか？そんなお悩みを山本さんが解決。しかも着たい服を自分に似合わせていく！体型に合う服を着るだけで5キロ痩せて見える！他にも夢のような裏ワザが満載です。

『普段着BOOK 秋・冬』



（香菜子/主婦と生活社）
モデルや雑貨デザインなど多方面で活躍する香菜子さんが、暖かいけどおしゃれに着こなせるテクニックを伝授。服や小物だけでなく、自宅インテリアも素敵！色んな角度から楽しめます。ただ、香菜子さんはスラッと華奢なモデル。ずんぐりむっくりな私にはハードルが高いです。

☆こちらもおススメ☆

『身の丈に合った服で美人になる』（小山田 早織/講談社）

『大人の悩みにこたえるおしゃれ』（板倉 直子/扶桑社）

『コスパのいい服』（福田 麻琴/すばる舎）

『武相荘、おしゃれ語り』（牧山 桂子/小学館）

『新大人の普段着 秋冬編』（金子 敦子/主婦と生活社）

『グレイヘアのおしゃれ着こなし入門』

（大沢 早苗/朝日新聞出版）

貸出中の本は予約もできます！

11月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
			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	29	30	12/1	12/2
12/3	12/4	12/5	12/6	12/7	12/8	12/9

開館時間：10:00～18:00

休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始他

オススメえほん 「くすのきだんち」シリーズ



くすのきだんちの管理人もぐらのもぐと住人の動物たちの日常を描いたシリーズ、全部で12冊あります。この時期のオススメは「くすのきだんちのあきまつり」今日は地域の秋祭り！団地のみんなも朝から秋祭りに参加します。日中は祭りを思いっきり楽しんで、暗くなったら団地で楽しい夜を過ごす。そんな楽しい1日のドキュメントです。

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



三光図書館だより

2023年（令和5年）12月号

今年はWBCや阪神38年ぶりの日本一など、何かと野球の話題が多い1年でした。先日大谷さんがMVPを受賞する瞬間をテレビで見れていたのですが、愛犬の可愛いこと♡ハイタッチやキスをしたりと2人の信頼の証が窺えます。我が愛猫は、庭や田んぼで出くわした時「ジミー♡」と呼びかけてもプイっとそっぽを向き、他人のフリをされてしまいます。残念！今年もご来館ありがとうございました。良いお年を〜。

あなたへ！自分へ！心を込めて贈りもの

大切な人と会い、手土産など贈りものを渡す機会が増えるこれからの時期。また、1年頑張った自分のためにお取り寄せもいいですね。そんな、贈りものやお取り寄せ計画のヒントにどうぞ！

『大切な人への贈りものとお取り寄せ』

(別冊天然生活/扶桑社)



大切な人と会う時に手みやげ。また、会えない時だから贈りもの。そんな参考になりそうな全国各地の美味しそうなものやオシャレな雑貨などが大集合！気になるものは自分にお取り寄せもいいですね。誰かに自分にちょっと贅沢しませんか？

『気持ちを伝える贈りもの』

(後藤 由紀子/大和書房)



静岡県で雑貨店を経営する後藤さんが実際に贈って喜ばれた贈りものの数々。ありがとうやおめでとうなど、気持ち別にエッセイを添えて品物を紹介します。相手のことを思いながら、気軽に贈りものを楽しむ後藤さんの姿勢も魅力的です♡

『小さな暮らしのおすそわけ』

(ミスミ ノリコ/主婦と生活社)



故郷から届く旬の味覚や銘菓など、ちょっとしたものを気軽におすそわけしませんか？ラッピングの工夫や材料も載っています。100円ショップで手に入る材料も様々。少し早いですがバレンタインに向けても色々ヒントになりそう。この1冊で今日からあなたも贈りもの上手！

☆こちらもおススメ☆

『うれしいおくりもの』(杉浦 さやか/池田書店)

『ローカルおやつの本』(グラフィック社)

『すてきなラッピングアイデア』(日高 麻由美/大泉書店)

『おくりものがたり』(伊藤 まさこ/集英社)

『かわいいお取り寄せ』(甲斐 みのり/主婦の友社)

『おうちであわせ日本全国まるごとおとりよせ便』

(たかはし みき/集英社)

貸出中の本は予約もできます！

12月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
					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	29	30
31	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5	1/6

開館時間：10:00～18:00

休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん クリスマスの絵本



オススメは「ピヨピヨメリークリスマス」にわとり家族のクリスマスの様子を描きます。子供のひよこ達の元にサンタさんはやってくるのかな？登場するごちそうがどれも美味しそう。特にクリームソーダが魅力的です♡作者の工藤ノリコさんはノラネコぐんだんシリーズで大人気ですが、この作品はノラネコぐんだんが誕生する前の絵本です。

■ 中津市立三光図書館 (三光コミュニティセンター内)

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200 (直通)

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



☆ 今月のおすすめ ☆

美術×小説の世界をご案内

美術館からの招待状のような物語を紹介します



『常設展示室』
原田 マハ
新潮社



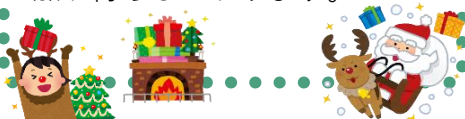
『フェルメールの憂鬱』
望月 諒子
光文社

一枚の絵画の前に様々な人生が交差する一。こんなに絵画と人物をリンクさせる物語はなかなかありません。どの物語も心に沁みる内容ばかりでした。一話読み終わるたびにテーマとなった絵画がとても気になり、すぐネットで調べてみたくなります。

こちらは絵画と人の欲望、陰謀、事件などが無数に絡み合った騙しあいゲームとなっています。とんでもない出来事たちが同時並行的に進み展開して最後はひとつの結末につながっていく。TVドラマでもあったコンフィデンスなメンみたいな物語。

● お知らせ ●
雑誌付録くじ引き会

12月22日(金)～1月29日(月)の間、三光図書館内にて雑誌付録くじ引きを行います。スタンプを3つ集めた方からくじを引き、景品と交換になります。ひとり一回までです。くじ引きはなくなり次第終了。みなさんのご参加お待ちしております。



つばやき

通勤中、赤信号で止まっていたら、車道のそばの垣根からスズメが20羽ほど頭だけだして外を見張ってました。おそらく風が冷たく強かった時だったので寒くて隠れていたんだと思いますが、それがアホ可愛くてついつい青信号になるまで眺めていました。またその後違う道を走っていたらカラスが歩道にへばりついて風をしのいでいました。キャワワ笑



新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

- 『50歳からのご利益ひとり旅』 (観光・地理)
- 『体が硬い人のための腰痛リセット術』 とも先生(家庭医学・自然)
- 『おしえて志麻さん！お助けレシピ100』 タサン志麻(料理・家庭)
- 『なかしましほのツイートレシピ』 なかしましほ(料理・家庭)
- 『はっか油100%活用BOOK』 (ハーブ・園芸)

- 『無人島ロワイヤル』 秋吉 理香子(小説・文学)
- 『木挽町のあだ討ち』 永井紗耶子(小説・文学)
- 『恐竜世界のサバイバル 1』 (児童/かがく)
- 『ゆめぎんこうおまつりへいく』 コンドウアキ(児童/えほん)
- 『バイバイ！おばけマンション』 むらいかよ(児童/よみもの)



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐車地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15～10:25
第3木曜	西株住宅	10:30～10:40
12/21	岸ノ上地区	10:45～11:05
	株小学校	13:00～13:40
12/7 運休 整理日の為	双葉ヶ丘幼稚園	14:10～14:50
	アメニティタウン	15:05～15:20
	深株保育園	15:30～16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10～10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25～10:40
	土田集会所	10:45～11:00
12/14	グループホームさつき	11:05～11:30
	真坂小学校	13:00～13:40
12/28	下佐知バス停付近	14:00～14:10
	佐知集会所	14:15～14:30
	牛ノ首集会所	14:35～14:50
	渋見地区	15:05～15:20
	白木集会所	15:35～15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00～16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐車地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10～10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25～10:35
	小倉谷	10:40～10:55
12/1	木崎橋	11:00～11:15
	山口小学校	13:00～13:40
	三光郵便局	13:45～13:55
	ユタカ電器店	14:00～14:15
	白木原自動車	14:20～14:30
	西小路地区	14:35～14:50
	橋本商店	14:55～15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15～15:45
第2金曜	箭海荘	10:00～10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30～10:45
	尾下集会所	10:50～11:05
12/15	深水小学校	13:00～13:35
	浪立宮下橋付近	13:40～13:50
	小路住宅	14:00～14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20～14:35
	修光園	14:45～15:15
12/29 運休 休日の為	福祉センター	15:30～16:00

三光図書館だより

2024年（令和6年）1月号

もうすぐ成人の日。当時私は学生で、留学生の友人から「ダイジョウブカ？バナナタベテ」となぜか心配されながら施しを受けたり（ふつう逆ですよ）「オリガミナラッタカラ、ツルノオリカタオシエルヨ」と鶴の折り方を習ったり（私は折り紙が超絶苦手ですが、ふつう逆ですよ）何とも頼りない日々を過ごしていました。頼りないところは昔も今も変わらん～。成人を迎える皆さん、おめでとうございます！

新しい年だから！赤い本・白い本をどうぞ♡

新年！ということで、おめでとう！！そこで、表紙が赤い本・白い本を集めてみました。

ジャンルは様々取り揃えています。2024年、新しい本との出会いがありますように。

『ほとほと快適生活百科』



（群 ようこ/集英社）

作家の群ようこさんが日頃の生活で心がけていることを、衣食住など9つの項目に分けて紹介しています。ご本人は「ほとほと」と言っていますが、私から見たらとていねいな暮らし！マネしてみたい気もしますが、私にはちょっと無理かな？

『めんどくさいがなくなる100の科学的な方法』



（菅原 道仁/大和書房）

かつて私は面倒くさくなってコンタクトレンズをやめてしまいました。しかし、この本を読めば面倒くさいがなくなるそうです！本当かな？項目が100個あるので、まず読むのが面倒くさそうですが、読んだ先には明るい未来が待っている？

『カニカマ人生論』



（清水 ミチコ/幻冬舎）

タレント清水ミチコさんの幼少期から現在に至るまでのエピソードが詰まった1冊です。タイトルにもあるカニカマ！カニじゃないけど安くて美味しく栄養豊富。カニカマこそ日本が誇るモノマネ芸の元祖と訴えるミッチャン。カニカマと自身の芸風を重ね合わせる着眼点が斬新です。

☆こちらもおススメ☆

『玉瀬家、休業中。』（まさき としか/講談社）

『現代生活独習ノート』（津村 記久子/講談社）

『もしかして性格って悪くなるの?』（下園 壮太/すばる舎）

『大人だけで楽しく暮らす』（もののはずみ/ワニブックス）

『疲労回復ストレッチ』（小林 邦之/成美堂出版）

『思い、思われ、食べ、ぼる塾。』（ぼる塾/小学館）

『毎日、無理なく、機嫌よく。』（香菜子/すばる舎）

貸出中の本は予約もできます！

1月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
	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	29	30	31	2/1	2/2	2/3

開館時間：10:00～18:00

休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん



おおのこうへいさんの絵本

この時期にオススメは「ショートケーキになにのせる？」いちごのショートケーキを見ながらお兄ちゃんと妹は考えます。「いちごじゃない赤いものをケーキにのせたら美味しいかな？」たとえばミニトマト！次はめんたいこ！こんな感じで赤いものをめぐって2人の妄想はどんどん膨らみます。紅白でおめでとう色合いも、新年にピッタリです。

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今月の特集 ～ 芥川賞・直木賞の候補作をご紹介します ～

先月、第170回の芥川賞・直木賞の候補作が決定しました。1月17日(水)の受賞発表まで各作品を読み比べてみませんか？(芥川賞の候補作は雑誌掲載のみなので、単行本になるまでお待ちください。)

■ 直木賞候補作 ■

『なれのはて』

加藤 シゲアキ(かとう しげあき) / 講談社
一枚の絵があかす、ある一族の秘密。

『ともぐい』

河崎 秋子(かわさき あきこ) / 新潮社
人と獣の理屈なき命の応酬の果てとは

『櫻(たすき)がけの二人』

嶋津 輝(しまづてる) / 文藝春秋
大正から昭和へ。女たちの生き方を描く。

『八月の御所グラウンド』

万城目 学(まきめ まなぶ) / 文藝春秋
京都版フィールドオブドリームス

『ラウリ・クースクを探して』

宮内 悠介(みやうち ゆうすけ) / 朝日新聞出版
国家に囚われ、国家に翻弄される友情。

『まいまいつぶる』

村木 嵐(むらき らん) / 幻冬舎
第九代将軍・徳川家重を描く歴史小説

■ 芥川賞候補作 ■

『迷彩色の男』

安堂 ホセ(あんどう ほせ)

『Blue (ブルー)』

川野 芽生(かわの めい)

『東京都同情塔』

九段 理江(くだん りえ)

『荒猿の戴冠式(たいかんしき)』

小砂川 チト(こさかわ ちと)

『アイスネルワイゼン』

三木 三奈(みき みな)

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します！

『なるようになる。』

養老 孟司(伝記・歴史)

『星を編む』

凧良 ゆう(小説・文学)

『まんがわかる腸の整え方』

江田 証(家庭医学・自然)

『夜明けのはざま』

町田 そのこ(小説・文学)

『「大人暮らし」の無印良品』

(ライフスタイル・家庭)

『十年屋 7』

廣嶋 玲子(児童/よみもの)

『きのう何食べた？～シロさんの簡単レシピ～3』

(エンタメ・芸能)

『どっちが強い!? A ④』

(児童/せいぶつ)

『椿ノ恋文』

小川 糸(小説・文学)

『ノラネコぐんだんぺこぺこキャンプ』

工藤 ノリコ(児童/えほん)

つばやき

去年は最後の最後にやらかしそうになりました。そうそれは、スポーツジムの帰りにパンツを駐車場に落として帰りそうになったことです。パンツはもちろん下着のおパンティのことです。気が付いた時には体中の血の気が引きに引きました。この歳で下着を落とす。ましてや野外で。とんだ変態になるところでした。(下着はちゃんとカバンのなかにいました。)



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐心地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15～10:25
第3木曜	西株住宅	10:30～10:40
1/18	岸ノ上地区	10:45～11:05
	株小学校	13:00～13:40
	双葉ヶ丘幼稚園	14:10～14:50
	アメニティタウン	15:05～15:20
第2木曜	下小袋地区	10:10～10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25～10:40
	土田集会所	10:45～11:00
1/11	グループホームさつき	11:05～11:30
	真坂小学校	13:00～13:40
1/25	下佐知バス停付近	14:00～14:10
	佐知集会所	14:15～14:30
	牛ノ首集会所	14:35～14:50
	渋見地区	15:05～15:20
	白木集会所	15:35～15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00～16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐心地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10～10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25～10:35
	小倉谷	10:40～10:55
1/5	木崎橋	11:00～11:15
	山口小学校	13:00～13:40
1/19	三光郵便局	13:45～13:55
	ユタカ電器店	14:00～14:15
	白木原自動車	14:20～14:30
	西小路地区	14:35～14:50
	橋本商店	14:55～15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15～15:45
第2金曜	箭海荘	10:00～10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30～10:45
	尾下集会所	10:50～11:05
1/12	深水小学校	13:00～13:35
	浪立宮下橋付近	13:40～13:50
1/26	小路住宅	14:00～14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20～14:35
	修光園	14:45～15:15
	福祉センター	15:30～16:00

三光図書館だより

2024年（令和6年）2月号

小学生の頃、学校の保健室便りで「しもやけの治し方」という記事を見かけました。水に10秒お湯に30秒交互に患部を浸けると血管が活性化して治るのだとか。当時は「ふーん」と記事を眺めていましたが、長い沈黙を経て実践する時が！この冬は手のしもやけに悩まされているのです！お風呂のついでに続けていますが、効果のほどは？1つ治るとまた1つできるという負のスパイラル。完治まではほど遠そうです。

「健康」について考える

年末年始の疲れが出ている頃なのでは？そこで今月は「健康」に関する本を集めました。

疲れとおサラバして、やる気！元気！いわき！！の心意気で健康な春を迎えたいですね。

『精神科医が教えるストレスフリー超大全』



（樺沢 紫苑/ダイヤモンド社）
悩み・不安・疲れなどのストレスは健康の大敵！そんなストレスは考え方や受け止め方を少し変えるだけでうまく受け流せるそうです。コツを掴めば日中ストレスがかかっても、夜にはスッキリ解消！夢のようです。ぜひレッツチャレンジ。

『ねこ先生トト・ノエルに教わるゆるゆる健康法』



（simico/KADOKAWA）
白湯・足ぶみ・深呼吸・肩回し・湯舟に浸かる。この5つを実践するだけで健康になるそうです。本当かな？まずはレッツトライ！1週間続けるだけでも体内の気・血・水のバランスが整って効果が出てくるとか。気軽に始められそうですね。

『おとな女子のセルフ健康診断』



（内山 明好/G.B.）
ちょっと頭痛がしたり、肩が凝ったりと病院に行くほどじゃないけど気になる不調はありませんか？そんな時にオススメなのがこの本。紹介する症状と病気は約300種類。イラスト付きで読みやすい。自分の体からの小さなサインに耳を傾けて、元気な毎日に近づけそうな1冊です。

☆こちらもおススメ☆

『養生のヒント』（五木 寛之/KADOKAWA）

『体と心を整える。』（宝島社）

『最強の自然医学健康法』（森下 敬一/共栄書房）

『“空腹”が健康をつくる』（三浦 直樹/ナツメ社）

『発酵ごはん健康・長生き』（小泉 武夫/扶桑社）

『貧乏ゆすりだけでゆる体活』（吉原 潔/EDITORS）

『5人の名医が実践するほどほど健康術』（小学館）

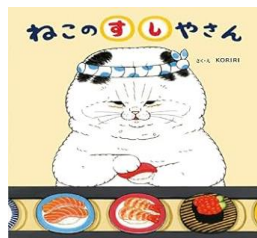
貸出中の本は予約もできます！

2月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
				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	29	3/1	3/2

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始他

オススメえほん ねこの絵本



2月2日は猫の日！そこでオススメは「ねこのすし屋さん」ここは、猫のもんじゃさんとこたろうさんが営むおすし屋さん。こだわりの酢飯でおすしを握りますが、お客さんもみんな猫！もちろん魚が大好き！酢飯にのったネタばかり食べつくしてしまいます。余った酢飯はもんじゃさんのアイデアで、ますます美味しく生まれ変わります！

■ 中津市立三光図書館（三光コミュニティセンター内）

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200（直通）

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今月の特集 ～ 問題です。「女」×「女」= ? ～

わかりやすい?わかりにくい??オンナたち同士の気持ちのやり取り、人間模様を面白おかしく、事細かに描いた小説を紹介します。この特集を考えているとき、私の頭のなかのBGMは米米C L U Bの「君がいるだけで」。中森明菜が走り、安田成美が意識朦朧としていました。ビバ! 트렌ディドラマ。



『照子と瑠衣』
井上 荒野 / 祥伝社

中学時代からの同級生の照子と瑠衣とともに御年70歳。見下す夫や陰湿な人間関係におさらばして、シルバーのBMWに乗り込み新たな人生に向け旅立とう!!優しくも爽やかな物語です。人生まだまだこれからよ!!



『ふたり姉妹』
瀧羽 麻子 / 祥伝社

自分の弱さを絶対見せない姉と自分の強さを絶対見せない妹。お互いものねだりをしつつもなんだかんだあるところに落ち着く姉と妹の心の描写がとても細かく描かれています。素直に接するって難しい。



『ナオミとカナコ』
奥田 英朗 / 幻冬舎

最近、刺激がなくて何か物足りないわ~思っているアナタ。そう、そのアナタ!(ジャパネットたかた風)この本でドキドキハラハラしちゃいましょう!!どこにでもいる女ふたりの犯罪劇が今動き始めますよ~。

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します!

『君はなぜ働くのか』

齋藤 孝(人生訓・哲学)

『名探偵じゃなくても』

小西 マサテル(小説・文学)

『ストレスの取扱説明書』

(家庭医学・自然)

『人間標本』

湊 かなえ(小説・文学)

『団地で見つけた身軽で豊かな暮らし方』

(ライフスタイル・生活)

『恐怖コレクター 巻ノ22』

佐東 みどり(児童/よみもの)

『財前直見の暮らしの彩』

財前 直見(料理・生活)

『ようかいとりものちょうX18』

大崎 梯造(児童/よみもの)

『牛乳さえあれば』

小松 友子(料理・生活)

『君たちはどう生きるか』

宮崎 駿(児童/えほん)

つぶやき

最近、運動不足解消のため夜歩くようになりました。飽きないように日によって歩くルートを変えているのですが、警察署の前は必須ルートの為よく巡回パトカーとお見合います。悪いことはしていないのですがその時だけはちょっと緊張します。また、今の歩く恰好がとんでもなく着ぶくれ団子になっているので少し恥ずかしい気持ちにもなります。



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐車地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15~10:25
第3木曜	西秣住宅	10:30~10:40
2/ 1	岸ノ上地区	10:45~11:05
	秣小学校	13:00~13:40
2/15	双葉ヶ丘幼稚園	14:10~14:50
	アメニティタウン	15:05~15:20
第2木曜	深秣保育園	15:30~16:00
	下小袋地区	10:10~10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25~10:40
	土田集会所	10:45~11:00
2/ 8	グループホームさつき	11:05~11:30
	真坂小学校	13:00~13:40
2/22	下佐知バス停付近	14:00~14:10
	佐知集会所	14:15~14:30
	牛ノ首集会所	14:35~14:50
	渋見地区	15:05~15:20
	白木集会所	15:35~15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00~16:30

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。

曜日	駐車地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10~10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25~10:35
	小倉谷	10:40~10:55
2/ 2	木崎橋	11:00~11:15
	山口小学校	13:00~13:40
2/16	三光郵便局	13:45~13:55
	ユタカ電器店	14:00~14:15
	白木原自動車	14:20~14:30
	西小路地区	14:35~14:50
	橋本商店	14:55~15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15~15:45
第2金曜	箭海荘	10:00~10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30~10:45
	尾下集会所	10:50~11:05
2/ 9	深水小学校	13:00~13:35
	浪立宮下橋付近	13:40~13:50
	小路住宅	14:00~14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20~14:35
	修光園	14:45~15:15
	福祉センター	15:30~16:00

2/23
運休
祝日の為

三光図書館だより

2024年（令和6年）3月号

ゆめタウン中津1階のトイレが新しくなっていました！「ほお～」と新鮮な気持ちで用を足し手を洗っていると、賑やかにトイレへと迫り来るご婦人達の気配が。トイレに入った瞬間、トイレが新しくなったな～！都会的になったわ！この壁の材質はキッチンにもいいな～！手洗い場もオシャレやな！など口々に溢れ出す感想の数々。その様子はまるで「渡辺篤史の建もの探訪」の渡辺篤史さんのようで眩しかったです。

時短レシピで料理をラクに！

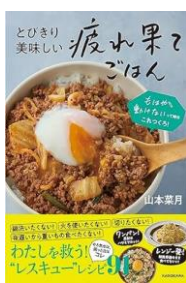
毎日続く家事のひとつが料理。掃除や洗濯は1日サボっても何とかできるけど、料理は・・・。
そこで、パパッと料理が作れそうな本を集めました。何かと慌ただしい年度末にぜひどうぞ！

『今日のごはん ついでに明日のおかず』



(ワタナベ マキ/主婦の友社)
ワタナベさんは普段の夕食作りのついでに下ごしらえ済み食材ストックを数日分作るそう。これがあれば日々の夕食作りの手間が大幅に省けるうえ、その日の気分で味付けアレンジが無限大！週末作り置きよりハードルが低くてオススメです。

『とびきり美味しい疲れ果てごはん』



(山本 菜月/KADOKAWA)
仕事に疲れてご飯を作る気力がない！という時でも何とか作れて美味しいレシピが満載！ひき肉を活用すると、包丁要らずで調理もラクそうです。登場するメニューはがつつり系が多いので、夕方の空腹時に読むとお腹が空きすぎて危険かも。

『これでよゆうの晩ごはん』



(暮しの手帖社)
忙しさと美味しさは両立できる！このスローガンのもと5人の料理研究家が個性溢れて美味しいレシピを紹介します。皆さん下ごしらえは時間のある時に済ませます。それだけで時短になるのだから。本の各所に登場するヨシタケシンスケさんのイラストもオススメポイント！

☆こちらもおススメ☆

『暮しの手帖のクイックレシピ』 (暮しの手帖社)

『体にいい時短おかず』 (武蔵 裕子/永岡書店)

『有元葉子の冷凍術』 (有元 葉子/筑摩書房)

『ラクうま献立』 (市瀬 悦子/主婦の友社)

『週3レシピ』 (山口 祐加/実業之日本社)

『冷凍レンチンパック』 (どめさん/KADOKAWA)

『やっぱり、かんたんがおいしい!』 (足立 洋子/新潮社)

貸出中の本は予約もできます！

3月の図書館カレンダー ■ 休館日

日	月	火	水	木	金	土
					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	29	30
31						

開館時間：10:00～18:00
休館日：毎週火曜日・整理日・年末年始

オススメえほん はるの絵本



オススメは「はるかぜのホネホネさん」ホネホネさんは郵便屋さん。今日もギョギョキョーッと自転車を漕いで郵便配達！入学式やお茶会など、春になると楽しい催しに関する手紙がたくさん！なんと、ホネホネさんの元にも大好きなホネコさんからハイキングの誘いの手紙が届きます♡文章はもちろん、白と黒が織りなす版画風の絵も素敵です。

■ 中津市立三光図書館 (三光コミュニティセンター内)

〒871-0102 中津市三光成恒421-1

TEL / FAX : 0979-43-2200 (直通)

URL: <https://libwebsv.city-nakatsu.jp/>



● 今月の特集 ～ 2024年本屋大賞ノミネート10作 ～

先月2024年本屋大賞ノミネート10作の発表がありました。ここではノミネート10作をご紹介します。今から各ノミネート作を読み比べてはいかかでしょうか。大賞の発表は4月10日(水)です。

『君が手にするはずだった黄金について』

小川 哲 / 新潮社
成功と承認を渴望する人々の虚実を描く

『存在のすべてを』

塩田 武士 / 朝日新聞出版
真実を追求する記者、現実を描写する画家。

『星を編む』

凧良 ゆう / 講談社
前回大賞作「汝、星のごとく」の続編

『水車小屋のネネ』

津村 記久子 / 毎日新聞社
人々が織りなす希望と再生の物語

『成瀬は天下を取りに行く』

宮島 未奈 / 新潮社
まっすぐな主人公の傑作青春小説！

『リカバリー・カバヒコ』

青山 美智子 / 光文社
公園の古びた遊具が人々の悩みを聞く

『黄色い家』

川上 未映子 / 中央公論新社
人はなぜ、金に狂い、罪を犯すのか。

『スピノザの診察室』

夏川 草介 / 水鈴社
その医師は、最期に希望の灯りをとמוש。

『放課後ミステリクラブ 1』

知念 実希人 / ライツ社
児童書発!!本格ミステリ!あなどるな!

『レーエンデ国物語』

多崎 礼 / 講談社
絶賛沸騰の王道ファンタジー!

新刊本のお知らせ

三光のニューカマーを紹介します!

『思い通りで楽しい!わたしのシングルライフ』

(福祉・社会)

『江戸に花咲く』

宮部 みゆき(小説・文学)

『コンビニ3品ダイエット』

齋藤 好美(健康・自然)

『BLANK PAGE』

内田 也哉子(エッセイ・文学)

『暮らしのうっかり事故を防ぐ本』

(家庭全般・生活)

『秘密に満ちた魔石館 5』

廣嶋 玲子(児童/よみもの)

『ちょっとここで忘れないうちに』

友近(エンタメ・芸能)

『ふんがふんが 2』

おおなり 修司(児童/えほん)

『ブラック・ショーマンと覚醒する女たち』

東野 圭吾(小説・文学)

『下水道のサバイバル 2』

(児童/かがく)

つばやき

友人宅のアレクサ(端末音声サービス)に「映画〇〇を見せて。」とタブレットを操作していたのですが、このやり取りが全くうまくいかずヤキモキしていました。アレクサも同じ気持ちだったらしく4回目の挑戦ではとうとうテキストで「知らん。」と回答が。そう、音声ではなく文字で。しかも方言で。こんな体験はじめてで人間のほうがフリーズしました。



今月の三光移動図書館カレンダー



曜日	駐心地	予定時間
第1木曜	池辺住宅	10:15~10:25
第3木曜	西株住宅	10:30~10:40
3/7	岸ノ上地区	10:45~11:05
	株小学校	13:00~13:40
3/21	双葉ヶ丘幼稚園	14:10~14:50
	アメニティタウン	15:05~15:20
	深株保育園	15:30~16:00
第2木曜	下小袋地区	10:10~10:20
第4木曜	小袋公民館	10:25~10:40
	土田集会所	10:45~11:00
3/14	グループホームさつき	11:05~11:30
	真坂小学校	13:00~13:40
3/28	下佐知バス停付近	14:00~14:10
	佐知集会所	14:15~14:30
	牛ノ首集会所	14:35~14:50
	渋見地区	15:05~15:20
	白木集会所	15:35~15:50
	真坂保育園(児童クラブ)	16:00~16:30

曜日	駐心地	予定時間
第1金曜	野路平地区	10:10~10:20
第3金曜	下田口集会所	10:25~10:35
	小倉谷	10:40~10:55
3/1	木崎橋	11:00~11:15
	山口小学校	13:00~13:40
3/15	三光郵便局	13:45~13:55
	ユタカ電器店	14:00~14:15
	白木原自動車	14:20~14:30
	西小路地区	14:35~14:50
	橋本商店	14:55~15:05
	ヘルパーステーション花音	15:15~15:45
第2金曜	箭海荘	10:00~10:25
第4金曜	倉迫バス停付近	10:30~10:45
	尾下集会所	10:50~11:05
3/8	深水小学校	13:00~13:35
	浪立宮下橋付近	13:40~13:50
	小路住宅	14:00~14:15
	古城(ワルジョ)橋付近	14:20~14:35
	修光園	14:45~15:15
	福祉センター	15:30~16:00

※小学校は春休み・夏休み・冬休みの期間は運休です。