

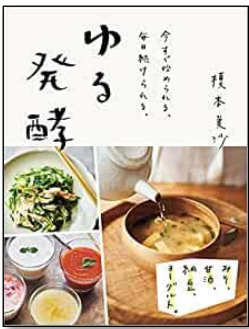


7月になりました。いよいよ夏の到来ですね。7月2日は「1年の折り返しの日」「真ん中の日」と言われています。今年の前半はウィズコロナからアフターコロナへと移り変わり、制限の中できなかつたことができるようになってきました。今年の後半は、どのように過ごされますか。「何か」したいけどピンとこない方は図書館に足を運ばれ、ヒントになるような本を見つけてみてはいかがでしょうか。新たな発見があるかもしれません。



☆発酵の力で夏を乗り切る☆

発酵食品は夏バテ防止になると言われています。近年、甘酒は「飲む点滴」と言われ有名ですが、その他にも発酵食品を楽しめる本をご紹介します。夏バテ知らずのからだで、夏のあれやこれやを楽しみたいですね。



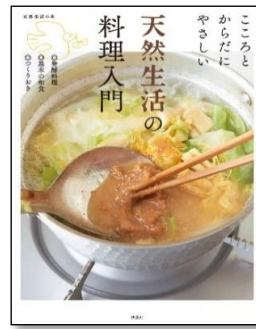
「ゆる発酵」
榎本 美沙／著

腸を整え免疫カアップ。素敵なパワーを持った発酵食品をシンプルに楽しく気軽に使うレシピ。



「豆腐、豆乳、豆乳ヨーグルトのおやつ」
今井 ようこ／著

杏仁豆腐にプラマンジェなど。からだに優しい33の癒しのお菓子を紹介。



「こころとからだにやさしい天然生活の料理入門」
扶桑社／出版

"ていねい"は難しい。失敗しがちな和食を上手につくるコツなど紹介。



「麴のレシピ」
おの みさ／著

麴は、日本人の食文化をかたちづくり。日本人の健康を支えてきた。塩と麴で作った塩麴など紹介。



♪7月のカレンダー♪

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

★コロナウィルスの関係により、日程が変更になる場合があります。

7/31 (月)

館内整理日のため、全館休館いたします。お気をつけください。

7/29 (土)

本と雑誌の無料配布を行います。

時間：10時～

場所：本耶馬溪図書館内

みなさまのご来館をお待ちしています！

あたらしい本

毎週木曜日に新刊が入ります。いくつかご紹介します！

♪おとなの本♪ (数字は背ラベルの番号です)

- 『私はないものを数えない。』 /289.1
- 『する、しない。』 /590.4
- 『メシ通レシピ』 /596
- 『はじめての苔インテリア』 /627.8
- 『しまねこ3姉妹と暮らしています』 /645.7
- 『バスドライバーのろのろ日記』 /685.5
- 『親と子』 /913.6
- 『メロスの翼』 /913.6

♪こどもの本♪ (数字は背ラベルの番号です)

- 『いちばん強いヤツはだれだ!? 魔獣vs聖獣 <幻獣王> 超バトル図鑑』 /K388
- 『調べてびっくり! テントウムシ』 /K486
- 『一年一組せんせいあのね』 /K911
- 『保健室経由、かねやま本館。6』 /K913
- 『どすこいすしずもう やさいばただけでおおあばれ!』 /KE
- 『へんしんようかい』 /KE
- 『けろずもう』 /KE



7月のおすすめえほん

「うみ」にちなんだえほんです。

『うみ』

G.フライアン カラス / 作・絵

ぼくは うみです。はまに うちよせるなみや と おくできらめくなみ。そこからうまれる きりや あらし。

しおかぜのにおい。ちきゅうのうえを きしにそって ぐるりぐるりと たびをします。たいようや つきとも なかよしです。にんげんたちは、ぼくを しにうたったり えにかいたりします。

『ホホシロザメ』

沼口 麻子 / 文

ホホシロザメは、えいが「ジョーズ」のモデルで、ぎょるいさいきょうのハンターとしてゆうめいです。きょうぼうなイメージがありますが、じっさいのホホシロザメはいったいどんないきものなのでしょう。このえほんでは、ホホシロザメのすぐれたきゆうかく、かたいはだなど、サメのおどろくべきとくちょうをかいせつしています。

移動図書館運行表: 祝日・5週目は運休します。

曜日	地区	駐車地	予定時間	曜日	地区	駐車地	予定時間		
第1月曜 第3月曜 7/3	樋田	上浜田住宅	10:20~10:30	第1水曜 第3水曜 7/5 7/19	上津	JA中津下毛農協裏(倉庫前)	10:15~10:25		
		麻野屋商店前	10:40~10:55			かえで	10:30~10:45		
		屋形郵便局前	11:00~11:10			あんず	10:50~11:05		
		下屋形恵良	11:20~11:30			万千百園	11:10~11:30		
第2月曜 第4月曜 7/10 7/24	樋田	冠石野お堂の前	10:20~10:35			第2水曜 第4水曜 7/12 7/26	東谷	上津小学校	13:00~13:40
		多志田ゲートボール場前	10:40~10:55					高齡者福祉センター	13:45~14:00
		中島バス停前	11:00~11:10					御祖神社前	14:05~14:20
		クワバラ理容店付近	11:15~11:30					折元神社	14:30~14:40
		八千代保育園	13:30~13:45					東谷つばき地区	10:40~10:55
		兎洞電気	13:50~14:00	大田商店前	11:00~11:10				
		下曾木市営住宅	14:05~14:15	東谷地区老人憩いの家	11:15~11:30				
洞門の郷	14:20~14:35	樋田小学校	13:00~13:40						
				西谷	西谷温泉下		14:00~14:20		
					平原地区		14:30~14:45		
					西谷郵便局前		14:50~15:10		

何箇所か変更点があります。お気をつけてお越しください。
また、夏休み期間中、小学校は運休します。

