

図書館だより

2025年

2月号

〒019-0801 秋田県雄勝郡東成瀬村田子内字上野 8-1

TEL：0182-38-8711 FAX：0182-38-8712

E-mail narusejidoukan@carol.ocn.ne.jp



一般書 3月の特集 『ぐっすり眠る！～睡眠の本～』

3月18日は『睡眠の日』。「春眠暁を覚えず」と言われるように、春の夜は心地よく、つい寝過ぎてしまう…。そんな季節も間もなくです。今回は、睡眠の不思議や、幸せな眠りへといざなう本たちを紹介します。



『眠れないあなたに
～おだやかな心をつくる処方箋～』

松浦 弥太郎 著
小学館



『魔女たちは眠りを守る』

村山 早紀 著
KADOKAWA

日本人の5人に1人が悩んでいると言われる不眠症。そんな悩みをもつ人たちに、人気エッセイスト松浦弥太郎さんが贈る、こころを休ませて眠るためのアドバイスを満載した一冊。

この世界の夜と眠りを守るのは、まるで天使のような、魔女たちでしたー。
優しく、愛しくて、涙が溢れて止まらない…。
ささやかな日常をぎゅっと抱きしめたくなる物語。

- ずぼら瞑想 川野 泰周 著 幻冬舎
- 月とコーヒー 吉田 篤弘 著 講談社
- 今すぐ眠りたくなる夢の話 松田 英子 著 ワニブックス
- 本のない、絵本屋クッタラ 標野 凧 著 ポプラ社
- 3分読むだけでグッスリ眠れる本 弥永 英晃 著 秀和システム
- ぐっすりセラピー 三橋 美穂 監修 PHP 研究所
- 「寝つきが悪い」「すぐに目が覚めてしまう」人のお助けBOOK 白濱 龍太郎 著 主婦の友社
- 寝るのが楽しくなる睡眠の秘密 ヴィッキー・ウッドゲート 著 創元社
- 夢をかなえるゾウ 水野 敬也 著 飛鳥新社
- 快眠の3法則 菅原 洋平 著 メディアファクトリー
- つむじ風食堂の夜 吉田 篤弘 著 筑摩書房
- 幸せ上手さん習慣 星 ひとみ 著 小学館
- 夜のピクニック 恩田 陸 著 新潮社
- 今さら聞けない睡眠の超基本 柳沢 正史 著 朝日新聞出版
- 幸福の法則 一日一言 宇野 千代 著 海竜社

新着案内



『華の鳶重』

大河ドラマの主人公・鳶屋重三郎の粹でいなせな一代記!!
江戸時代の封建的な世の中、出版界に旋風を巻き起こした通称“鳶重”の波乱万丈な生涯を辿るエンターテインメント歴史小説。

吉川 永青 著 / 集英社



『藍を継ぐ海』

伊予原 新 著
新潮社

※第172回直木賞受賞作



『ゲートはすべてを言った』

鈴木 結生 著
朝日新聞出版

※第172回芥川賞受賞作



『DTOPIA』

安堂 ホセ 著
河出書房新社

※第172回芥川賞受賞作

児童書 3月の特集

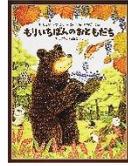
『ともだちっていいな』

一緒に遊んだり、笑ったり、時にはけんかをしたり……。今回はいろいろなお友だちが出てくる絵本を集めました。友だちのつくり方や仲直りのしかた、友だちの大切さを教えてくれる絵本がいっぱいです。



「みんなに やさしく」
パット・ズイトゥロウ・ミラー 作
イマジネーション・プラス

友だちが落ち込んだり困っている時に「やさしく」するって、どうすればいい？読みながらいろいろ考えることができるお話です。



「もりいばんのおともだち」
ふくざわ ゆみこ 作
福音館書店

出会ってすぐになかよくなったクマさんとヤマネくん。2人がケーキ屋さんでもらった苗を育て始めると…。心温まる森の友だちの物語。



「ともだちのかたち」
ダニエラ・ソーサ 作
岩崎書店

友だちがいないと悩んでいるあなたへ。たくさんの出会いが待っているきみへ。友だちのかたちっていろいろ。自分なりの形を見つけていけばいいんじゃないかな…。

- | | | | |
|--|-------------|---------------------------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> ともだちがほしかったおばけ | スザンヌ・コフマン 作 | <input type="checkbox"/> ごめんね！ | ノルベルト・ランダ 作 |
| <input type="checkbox"/> あのこのたからもの | 種村 有希子 作 | <input type="checkbox"/> ルーシーといじめっこ | クレア・アレクサンダー 作 |
| <input type="checkbox"/> くろくんとふしぎなともだち | なかや みわ 作 | <input type="checkbox"/> しんゆうだけどだいきらい | 石山 さやか 作 |
| <input type="checkbox"/> タイムカプセル | おだ しんいちろう 作 | <input type="checkbox"/> オオカミのともだち | 田島 征三 作 |

※ 新しく入った本です

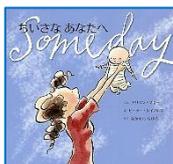


【こんな絵本あります～大人向け絵本の紹介～】

大人向けの絵本とは、大人が読んでも楽しめる絵本のこと。子どもの頃に読んだ懐かしい絵本が、新鮮な驚きをつれてきたり、あたたかくて美しい絵に癒やされたり。大人にこそ読んでほしい絵本がたくさんあるのです。心が疲れている日や、ちょっと前向きになりたい気持ちのとき、お気に入りの絵本を見つけて、心の充電にお役立てください。



「ごんぎつね」
新美 南吉



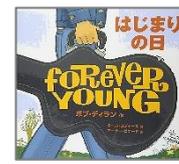
「ちいさなあなたへ」
アリスン・マギー



「あんなにあんなに」
ヨシタケシンスケ



「100万回生きたねこ」
佐野 洋子



「はじまりの日」
ボブ・ディラン



「あさになったのでまどをあけますよ」
荒井 良二

図書室利用案内

【3月の休館日】

2日(日) 16日(日)
20日(祝) 30日(日)

≪開館時間≫ 9:30～17:30

≪休館日≫・第1.3.5日曜日
・祝祭日
・年末年始

≪図書の貸出≫ 10冊まで
(DVD等は3点まで)

≪貸出期間≫ 3週間

※ 休館日の返却はブックポストをご利用ください。

つくしんぼ

おはなし会



3月 1日 (土)

10:30～11:00