

2023年 10月号

下井草図書館だより

BOOK CAFE

ブック カフェ



～下井草図書館の花～

キバナコスモス(駐輪場横花壇)





一般展示 旅



世界を旅した猫ヘンリエッタの華麗な生涯

クリストファー・S.レン／著、武者 圭子／訳
講談社 2001.7

海外特派員の家族と猫が織りなす愛情物語。見知らぬ外国で暮らす興奮は猫も人間も同じ。冷戦時代のモスクワを皮切りに、その生涯を異国の地で過ごした猫と特派員家族のふれあいが胸を打つ珠玉のメモワール。



読んで、旅する。旅だから出逢えた言葉 3

伊集院 静／著
小学館 2022.2

どこの子供でも、子供は皆の子供だから。国内外を巡る旅先で、市井の人、芸術家、作家、著名人などのふと心に響いた「ひと言」をテーマに綴った紀行文集。会員制会報誌『シグネチャー』連載に加筆して単行本化。



人 暮らしの本棚 スッキリくらす

心とカラダの正しい休ませ方 “頑張りすぎの私”がもっとラクになる

日経WOMAN編集部／編
日経BP 2019.10

職場のストレス&イライラ、考え方のクセ、女性特有の不調、脳の使い過ぎ…。“頑張りすぎの私”をラクにしてあげる、心と身体のケア方法を事例とイラストをまじえて紹介します。『日経WOMAN』掲載を加筆し書籍化。



新着図書 下井草図書館に入った新しい本



生きものがつくる美しい家 動物たちのすごい巣121

鈴木 まもる／文・絵
エクスナレッジ 2023.7

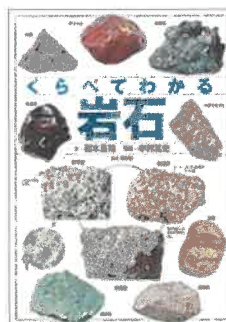
ワニがつくる巣、イノシシがつくる巣、巣を持ち歩くタコ…。家として住み続けるか、巣として一時的に利用するかを問わず、様々な生き物たちがつくる構造物とつくり方をイラストで紹介。前著に世界初公開の巣など8種を追加。



文系のための東大の先生が教えるすごい細胞 やさしくわかる!

小林 武彦／監修
ニュートンプレス 2023.8

大きさから発見の歴史、基本構造、機能、細胞分裂のしくみ、細胞の老化と再生医療まで、細胞についてイラストや図とともに会話形式でわかりやすく解説する。人体に住み着く常在菌についても取り上げる。



くらべてわかる岩石 拡大写真と豊富なバリエーション

西本 昌司／文、中村 英史／写真
山と溪谷社 2023.8

川原や海岸で拾える岩石30種について、色や模様の変異、主な構成鉱物、分布、類似種との違いなどを紹介。各岩石の共通点や特徴が一目でわかるように、拡大写真や水に濡らした写真を掲載する。



筋トレの負荷・刺激パーフェクト事典 全主要種目の筋肥大効果を科学的に分析・評価

荒川 裕志／著
ナツメ社 2023.9

筋トレの各種目に対して、負荷がかかる稼働範囲および負荷の内容、大きさなどをバイオメカニクスとトレーニング科学で分析。各種目の筋肥大効果を図や段階評価で示す。種目の選択・組み合わせにおける新たな指標となる書。

10月カレンダー



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					

開館時間

月曜日～土曜日
午前9時～午後8時

日曜日・祝日
午前9時～午後5時

休館日

毎月第1・3木曜日
特別整理期間・年末年始

おしらせ

『読書の秋』

毎年10月27日から11月9日までの2週間は「読書週間」です。

終戦の2年後の1947年(昭和22年)、まだ戦火の傷痕が至るところに残っているとき、「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」と決意をひとつに、出版社、取次会社、書店と公共図書館が力を合わせ、さらに新聞・放送のマスコミ機関の協力のもとに、第1回「読書週間」が開催されました。

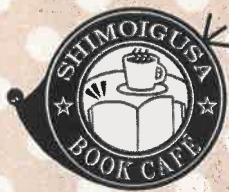
それから70年以上が過ぎ、「読書週間」は国民的行事として定着し、日本は世界有数の「本を読む国民」の国となりました。



ブックカフェ

下井草図書館だより BOOK CAFE

2023年10月号[通巻174号]



■発行 杉並区立下井草図書館

所在地 杉並区下井草3-26-5

電話 03-3396-7999

■掲載している本の内容は「TRC MARC」より