

今月の図書館 2018. 5

宮前だより

今の特集

一般

夏を先取り

～ひと足早く夏への準備はじめませんか?～

児童

「ピクニック」

YA (ヤングアダルト)

「自分力」を高めよう!!

(自分らしさってなんだろう?)

特別展示

杉並区春の自殺予防月間

「アクティブに行こう！」

4月20日(金)～5月20日(日)

宮前だより 2018年5月号

発行 杉並区立宮前図書館

〒168-0081 杉並区宮前 5-5-27 03-3333-5166

ツイッターアカウント: @MiyamaeLibrary

5月のイベント

あかちゃんタイム

5月12日(土)・19日(土)

10:00~12:00

保護者の方が乳幼児と一緒に気兼ねなく図書館を利用できるよう、「あかちゃんタイム」という時間を設けています。「あかちゃんタイム」中は、あかちゃん向けのイベントを行ったり、図書館スタッフとボランティアでサポートしています。ご理解、ご協力よろしくお願いいたします。

*4月から、あかちゃんおはなしかい及びリトミックの時間は10時30分~11時までに変更します。

「親子でリトミック！」

5月12日(土) 10:30~11:00 3階講座室

定員:15組30名 対象:6ヵ月~24ヵ月

※定員に達しましたので、締め切りました。



「あかちゃんおはなしかい」

5月19日(土) 10:30~11:00 1階おはなしのへや

対象:小さいお子さんとその保護者 ※当日会場へお越しください。あかちゃん向けの絵本や紙芝居の読み聞かせをしたり、あかちゃんと一緒に遊べるわらべうたや手遊びをご紹介します。

※各イベントの詳細は、杉並区立図書館ホームページ、館内配布中のチラシ、掲示ポスターをご覧ください。また、お気軽にカウンターでお尋ねください。

宮前図書館の担当収集分野である、明治時代以前の日本文学に関する本をご紹介します。

2018年度年間展示『明治の礎 幕末維新』

『西郷隆盛と明治維新』坂野潤治/著 A

征韓論、西南戦争……。

「軍部独裁と侵略戦争の元祖」は、つくられた虚像だった！日本近代史の第一人者が、「議会制」を導入し、封建制の打破に尽力した最大の功労者「西郷隆盛」の実像に迫る。

「母の日にフラワーアレンジメントを作ろう！」

5月12日(土) 午後2:00~4:00 3階講座室

対象:小学校高学年~高校生 定員20名(申込順)

*4月28日(土)朝9時より予約受付開始

母の日に日頃の感謝をこめて、お花をプレゼントしよう！

英語教育講座「フォニックスって何？」

~英語を楽しく読み書きしよう!~

5月13日(日) 午前10:00~11:00 3階講座室

対象:18歳以上の方 定員30名(申込順)

*5月1日(火)朝9時より予約受付開始

英語の文字と音のルールを学びます。読み書き障がいの方にも有効な指導方法もご紹介します。

「日本フィル 弦楽四重奏コンサート」

5月20日(日) 午後2:00~3:00

詳細が決まり次第、館内のポスター・チラシでお知らせします。

宮前図書館分館収集

明治以前の
日本文学

5月の特集コーナー

展示期間：5月9日(水)～6月6日(水)

「夏を先取り～ひと足早く夏への準備をはじめませんか?～」

決して早くない!

夏に向けての自分磨き、まずは実践するための本選び!!

『7kg痩せろと言われても。』

鳥居志帆 / 著 595ト

595
ト



ウォーキングでオジイさんと張り合い、エアロビでオバさんパワーに圧倒され、何度もおとずれる停滞期を乗り越えた著者の5ヶ月にわたる死闘の日々! 著者による27種のダイエット方法の評価表は必見。

『おやじダイエット部の奇跡』

「糖質制限」で平均22kg減を

叩き出した中年男たちの物語』

桐山秀樹 / 著 498.5キ

498
5キ

3週間で20kg減! 糖質制限ダイエットとその実践を通じて知り合った仲間たちと、健康について語り合っています。切磋琢磨する「おやじダイエット部」、彼らがスリムに変身していく姿をご覧ください! 食品別糖質一覧表付き。

『美と健康をかなえる』

メリハリ寝かせ玄米生活』

荻野芳隆 / 著 498.5オ

498
5オ

寝かせ玄米を食べたことありますか? 圧力鍋で炊いた玄米を保温ジャーで3～4日熟成させた玄米のこと。おいしくって健康的な寝かせ玄米を食べてスリムになりませんか!! 一生太らず健康でキレイを目指しましょう。

☆ YAコーナー ☆

5月の特集

「自分力」を高めよう!! (自分らしさってなんだろう?)

展示期間：5月9日(水)～6月6日(水)

大切な夢や希望の実現にむけて、誰もが持っている自分らしさ、「自分力」を見つめよう! 「自分力」を信じよう!

『サイモンVS人類平等化計画』

ベッキー・アルバータリ / 作 ★933ア

933

ア



サイモンはごく普通の高校生。ネットで知り合った「ブルー」に夢中で、自分がゲイだということも、ブルーにだけは打ち明けられる。ところが同級生のマーティンに秘密がばれてしまい…。

『生きる力ってなんですか?』

おおた としまさ / 編・著 ★159オ

159

オ

「生きる力」を授けたい!

何が「生きる力」になるのか?

いろいろな識者が、生きる力について語っている本です。



「YA掲示板」にオススメの本を投稿してみませんか?

皆さんからの記事の投稿を待っています! オススメの本以外にも自作イラスト、宮前周辺のオススメスポットや行事、読んでみたい本などを教えて下さい。2階カウンター右手奥、YAコーナーに投稿ポストがございます。

みんなの広場

梅桃桜春の嵐で満塁チエンジ
春一番軒の瓢箪笑い転げり
国民の奉仕者忖度隔てなく

小辰心丸

子パンダのでんぐり返り花吹雪
山川の聞き惚れてゐる初音かな
鬼皮をむけば筍かがやけり

千楓

花粉症 朝に一回 昼一回
夜もう一度 三度目の掃除機
大国が軍事衛星 宇宙から
にらみをきかす上から目線で

恋ごころ 届かぬ想い 忘れない

干支

あ



杉並の小川に香る 神田川
杉並の宮前桜におはようさん

ゆっぴー



4年生 さいしょの日から わすれもの

はじめはじめばじ

かさかさ

すりすり

ぼた

△△△△△△△△※

「早春の妖精」というカタクリを

山仲間と見入る垣根の向こうに

わが庭に紅の桜と薄桃の

桜寄り添ひ開くうれしさ

K・I

レモンがすき

しょうらいのゆめはぷりきゅあ

もえ



みなさまの投稿をおまちしております。
投稿ポストは、館内入って左手テーブルの上、2階カウンター上にございます。
投稿された原文のまま掲載させていただきます。

suginami☆members～杉並ゆかりの人々～

杉並区にゆかりのある方々にお話を聞くコラムです（時々、載ります）。
「杉並の好きなどころ」「おすすめスポット」など「杉並 LOVE♡」のポイントに加え、
アイデアの源泉、今興味があることなど、表現者たちの秘密にも迫ります！

第3回 変形菌研究家 増井真那 さん

変形菌とは、南方熊楠も研究していた粘菌の1種で、次々と姿を変えていく不思議な生物。5歳の時に
変形菌に出会った増井真那さんは、自宅で変形菌を飼育しながら観
察・研究を続け、高校2年生にして研究歴10年以上、その研究で
日本学生科学賞・内閣総理大臣賞など数々の賞を受賞しています。
昨秋には、『世界は変形菌でいっぱいだ』も出版されました。



Q.「変形菌って、どこにいるんですか？」

A.「日本中、いや世界中にいるんです。天候や季節で見つかりやすさは違いますが、
近所の公園や川べりにもいます。雨上がりの晴れの日とかが最高ですね」

Q.「変形菌との出会いのきっかけは？」

A.「5歳の時に見た、NHKの『プラネットアース』という番組です。変形菌が早回し
でどんどん変わっていく姿が、とっても不思議でキレイだったんです」

Q.「小1の時から実験を始めて、論文を書き始めたそうですね」

A.「2種類の変形菌を見ていたら、動きが違うのに気がついて、『どっちが餌を探すの
が得意だろう?』と思ったのが実験の始まり。1つ結果が出ると、どんどんそこから
疑問が出てくるんです。今は、「変形菌の自他の見分け方」について研究しています」

Q.「杉並区には3歳の時に引っ越して来たそうですね」

A.「両親が『自然が豊かな所で子育てがしたい』と思って、もう少し賑やかな街から
引っ越して来たいです。歩けない頃から自然が大好きで、母に抱っこされながら
花を見てニコニコしていたそう。うちの近くの神田川沿いを歩くと、
春はテントウムシの卵がいたり、梅雨時は苔がとっても色鮮やか。冬
の夜には木の上でコサギが眠っていたり。変形菌も見つかるんですよ」

宮前図書館では6月9日（土曜）、増井真那さんによる変形菌講座を
開催します。変形菌のイロハからその見つけ方、研究の成果などをお
話いただくほか、変形菌の実物や美しい写真もご紹介します。詳し
くは5月半ばから館内掲示予定のポスター・チラシをご覧ください！



『世界は変形菌でい
っぱいだ』（朝日出版社）

宮前図書館 カレンダー

5月 May

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
			☺	☆	☆	☆
6	7	8	9	10	11	12
☆		休	☺			あかちゃんタイム リトミック フラワーアレンジメント
13	14	15	16	17	18	19
英語講座 ☆			☺	休		あかちゃんタイム あかちゃん おはなしかい
20	21	22	23	24	25	26
コンサート ☆			☺			
27	28	29	30	31		
☆			☺			

「☆」の日は、5時に閉館いたします。「☺」の日は、おはなし会の日です。

おはなし会は毎週水曜日、3時から1Fおはなしの部屋で行います。

特別展示

杉並区春の自殺予防月間

「アクティブに行こう！」

展示期間

4月20日(金)～5月20日(日)

5月は「杉並区春の自殺予防月間」です。春は環境が大きく変化する季節でもあります。ストレスや不安から、ここにも様々な変化が起こりがちです。そんな時は、生活の中で適度な運動をして、気分転換をしましょう！ウォーキングや軽い運動などの本を2階の展示スペースにてご紹介いたします。

『お風呂と脳のいい話』

茂木健一郎・山崎まゆみ/著 498.3円

脳がよろこぶお風呂で、脳の凝りをほぐす！
脳科学者と温泉エッセイストが、温泉を巡って、
時には新幹線の車中で「温泉と脳の密接な関係」
について語り合った、刺激的対談集。

498

3円

