

下井草図書館だより

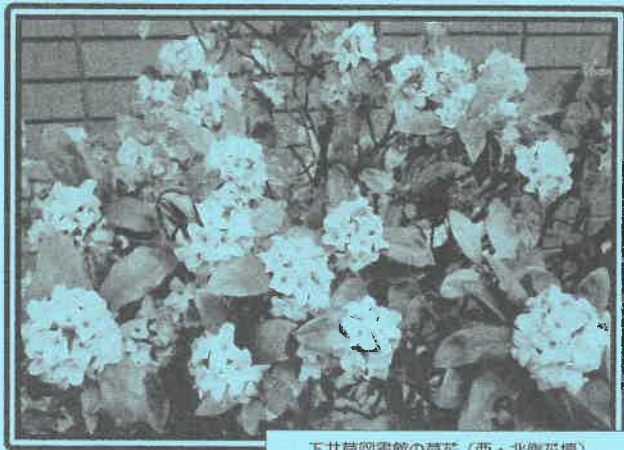
毎月第一金曜日発行

# BOOK CAFE

ブックカフェ



平成31年4月号



下井草図書館の草花（西・北海花壇）  
しんちょうげ

展示特集 2

「平成 話題になった本たち」

「長寿の秘訣」

この本に注目！ 4

下井草図書館ニュース 5

文学講演会と映画会を開催しました

新着図書ご案内 6



一般展示

## 平成 話題になった本たち

今月は平成最後の月です。  
話題の本とともに、この30年間をふり返って  
みませんか？



[159]人生訓

### 女性の品格

著者 坂東眞理子  
出版者 PHP 研究所  
出版年 2006年10月  
ISBN 4-569-65705-2

女性上位の時代だからこそ、従来の男性とは異なる価値観、よき女性らしさを、職場や家庭に持ち込んでほしい。ビジネスから装い方、話し方、恋愛にいたるまで、女性としての振舞い方を具体的にアドバイス。



[049シ]雑学

### 生協の白石さん

著者 白石昌則  
出版者 講談社  
出版年 2005年12月  
ISBN 4-06-213167-6

東京農工大生協の「ひとことカード」に寄せられる要望やユニークなメッセージに、誠実で機知に富んだ回答をしてくれる生協の白石さん。おかしくて癒される、学生と白石さんのコミュニケーション「ひとことカード」の傑作選。



[591ヤ]家庭経済

### 節約生活のススメ

編著 山崎えり子  
出版者 飛鳥新社  
出版年 1998年10月  
ISBN 4-87031-344-8

夫の突然の交通事故で山崎家の収入は60%ダウン。その時からドイツ流「シンプルライフ」がはじまった…。「健康」「環境」「節約」-3つのKで快適に暮らしながら、35年住宅ローンを7年で返済したノウハウを伝授する。



生活における健康展示

## 長寿の秘訣

長寿を考えると多くの人は、元気で健康に高齢期を迎えたい、過ごしたいと願っているのではないのでしょうか？ それにはどうしたらよいのか？ 長寿に関する本を紹介します。



[914]日本のエッセイ

### 老後は夫婦の壁のぼり

著者 ねじめ正一  
出版者 清流出版  
出版年 2006年10月  
ISBN 4-86029-174-3

人間は老いたときにこそ、その人間性が出るものらしい。となく夫婦はすれ違い。さらに老後は行き違ふ…。団塊世代のねじめ正一は、目前の「若い」にどう立ち向かうのか。そのときオクサンは!?



[498]食生活

### 老後と介護を劇的に変える食事術

著者 川口美喜子  
出版者 晶文社  
出版年 2018年1月  
ISBN 978-4-7949-6985-9

ピンピンコロリかネンネンコロリか。その分岐点は「食べ方」！ 低栄養、フレイル、摂食嚥下障がいなど、老いの問題を遠ざける高齢者の食べ方を指南する。「食べる」と合わせて守りたい「しゃべる」生活についても言及。

### 展示コーナーもご覧ください

図書館1階には「一般」と重点課題「生活における健康」の2つの常設展示を行っています。ここに紹介している本は展示図書の一部です。ぜひ館内の展示コーナーもご覧ください。

※「一般」展示は毎月テーマをかえています。

※「生活における健康」展示は隔月でテーマをかえています。







予約の多い人気本や、メディアで紹介された話題の本、大きな賞を獲った作品などをご紹介します。



[277 フ]  
南極地方

### 南極ではたらく

著者 渡貫淳子  
出版者 平凡社  
出版年 2019年1月  
ISBN 978-4-582-83795-7

平凡な主婦の料理と生き方を変えた1年4カ月の南極暮らし。一念発起して南極地域観測隊の調理隊員になった著者が、昭和基地での生活について綴る。天かすをリメイクした「悪魔のおにぎり」のレシピも掲載。

普通の主婦から昭和基地の南極料理人になった著者の実体験が綴られています。過酷な環境で、食材、上水、排水廃棄条件が限定されている中で、いかに食べ物を大切に扱い、いかにおいしいものを食べてもらうかが考えられています。フードロスが見直されている今、食品の使い方にも興味深い部分がある1冊です。



[726 ヤ]  
漫画・イラスト

### ヴィオラ母さん

著者 ヤマザキマリ  
出版者 文芸春秋  
出版年 2019年1月  
ISBN 978-4-16-390962-2

ヴィオラ演奏家という職業を選び、音楽と娘と自分の人生を真摯に愛する規格外の母リョウコ。昭和の破天荒シングルマザーが鼻息荒く生きて来た道を、娘のヤマザキマリが綴る。『CREA』連載を改題、加筆・修正して単行本化。

漫画「テルマエ ロマエ」で知られる漫画家ヤマザキマリさんの母親ヴィオラ演奏家のリョウコさんの破天荒な半生を描いたエッセイです。現代ではありえない子育て方法で、いい母親ではなかったかもしれないけれど、尊敬する母親への愛が感じられる1冊です。ちなみに80歳を超えた今でも現役でヴィオラを教えているそうです。



イベントの開催報告から図書館司書の「つぶやき」まで、下井草図書館にまつわる様々な情報をお届けします。

### ◆ 文学講演会「アメリカ文学を読む」を開催しました

開催日時：2019年3月3日(日)午後2時~3時40分  
参加者数：37名

一年に一度の恒例行事となっている文学講演会です。今年は人気翻訳家の柴田元幸氏を招いて、アメリカ文学をテーマに講演会を開催しました。

ヘミングウェイやサリンジャーといった代表的な作家の紹介、その原文と訳文の説明、柴田氏による朗読など、わかりやすく、親しみやすいと参加者に好評でした。



### ◆ 映画会「おくりびと」を開催しました

開催日時：2019年3月30日(土)午後2時~4時15分  
参加者数：38名

「おくりびと」は、2008年に公開された日本映画で、アカデミー賞などを



受賞し話題になりました。納棺師を通じて“死”と向き合い、生きることや愛を描いた感動作に、鑑賞された皆さんは心に響くものがあつたでしょう。

ちなみに原作は青木新門の『納棺夫日記』(文芸春秋刊)です。興味のあるかたは是非読んでみてください。

### ◆ 中学生向け「調べ学習講座」を実施しました

3月11日(月)と12日(火)の2日間、中瀬中学校1年生の生徒たちが来館し、図書館を使った調べ学習をするための知識や方法について、図書館スタッフによる授業を受けました。この「調べ学習講座」は下井草図書館と中瀬中学校の協働事業として実施しています。



下井草図書館に新しく入った図書をご紹介します。  
新着図書は毎週火曜日と金曜日の夕方に新着コーナーに並びます。

2月16日～3月15日の新着点数

一般図書 263冊

児童図書 112冊 ……計375冊

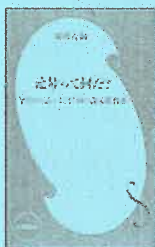


[007]情報科学

### 中学数学からはじめる暗号入門

著者 関根章道  
出版者 技術評論社  
出版年 2019年2月  
ISBN 978-4-297-10337-8

私たちの秘密、個人情報を守るパスワードや暗証番号はどういう仕組みになっているのか？著者が高校の授業で実際に行った練習問題をふんだんに盛り込み、暗号のしくみを中学校の数学レベルからひも解く。



[210]日本史

### 元号って何だ？

著者 藤井青銅  
出版者 小学館  
出版年 2019年2月  
ISBN 978-4-09-825339-5

元号に使われている漢字ベスト5は？期間の長い元号は？元号に関する素朴な疑問に答える入門書。全部で247ある元号をいろいろなランキングを使って解説。元号由来のネーミングや、全国の改元ゆかりの地なども紹介する。



[779]大衆演芸

### らくご動物園

著者 相羽秋夫  
出版者 東方出版  
出版年 2019年2月  
ISBN 978-4-86249-358-3

落語に登場する猛獣・鳥・貝・虫と架空の動物を五十音順に配列。落語の簡単なあらすじと、その動物が落語以外の所でどのような形で扱われているかを案内する。

### 『へびってオナラするの？』

著者 ニック・カルーソ [ほか] / 訳者 永井二菜 / 出版者 パンローリング  
ISBN 978-4-7759-4207-9 / [481]一般動物学

### 『しあわせ間取り図鑑』

編者 建築知識編集部 / 出版者 エクスナレッジ  
ISBN 978-4-7678-2429-1 / [527]住宅建築

### 『フレンチシェフが作る「人生最高！」の肉じゃが』

著者 田村浩二 / 出版者 主婦の友インフォス  
ISBN 978-4-07-435212-8 / [596]食品・料理

### 『くらやみガールズトーク』

著者 朱野帰子 / 出版者 KADOKAWA  
ISBN 978-4-04-107398-8 / [ア442]日本の小説



杉並区では、図書館ごとに主題分野を分担して蔵書を収集しています。

下井草図書館は「6門 産業」分野の担当です。

《6門 …… 産業・農林水産・ガーデニング・ペット・マーケティング・交通など》

### 『犬と人はなぜ惹かれあうか』

作者 辻谷秋人 / 出版者 三賢社  
ISBN 978-4-908655-11-1 / [645]家畜・畜産動物


### 『日本のナチュラルチーズ』

著者 佐藤優子 / 出版者 虹有社  
ISBN 978-4-7709-0075-3 / [648]畜産製造・畜産物

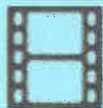
### 『銭湯図解』

著者 塩谷歩波 / 出版者 中央公論新社  
ISBN 978-4-12-005169-2 / [673]商業経営

# 平成31年4月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 あかちゃんタイム おはなし会	4 休館日	5	6 ルビナスおはなし会
7★	8	9	10 あかちゃんタイム おはなし会	11	12	13
14★	15	16	17 あかちゃんタイム おはなし会	18 休館日	19	20 ルビナスおはなし会
21★	22	23	24 あかちゃんタイム おはなし会	25	26	27  こども映画会
28★	29★ 昭和の日	30★ 退位の日				
			開館時間 …… 月～土 午前9時～午後8時（無印） 日・祝 午前9時～午後5時 ★印 休 館 日 …… 第1木曜日および第3木曜日			

## 【イベントのお知らせ】



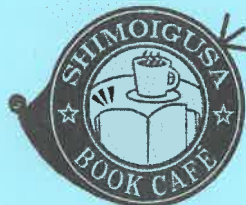
こども映画会 イソップものがたり（上映時間33分）

「ありとぎりぎりす」「うさぎとかめ」などの楽しいアニメ映画。

日時：4月27日（土） 午後2時～2時40分

場所：2階多目的ホール

定員：40名（先着順）※直接会場にお越しください。



ブック カフェ  
**下井草図書館だより BOOK CAFE**  
 平成31年4月号（通巻121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

2019.4