

下井草図書館だより

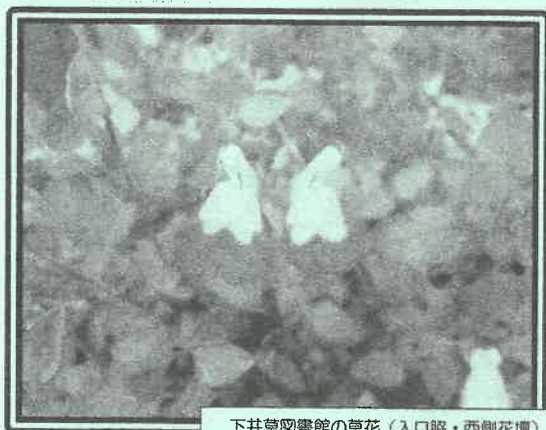
毎月第一金曜日発行

# BOOK CAFE

ブックカフェ



令和2年2月号



下井草図書館の草花（入口脇・西側花壇）  
チェリーセージ（サルビア・ホットリップス）

展示特集	2
「入門編」	
「美しい身体になろう」	
この本に注目！	4
下井草図書館ニュース	5
令和元年の年間予約ランキング 大発表！	
新着図書ご案内	6

一般展示  
入門編

新しいことを学ぶのに、遅すぎるということはありません。今日から始められるように色々なジャンルの初心者向けの本を集めました。ぜひ読んでみてください。



[338]株式

株の超入門書

著者 安恒理  
出版者 高橋書店  
出版年 2014年1月  
ISBN 978-4-471-21074-8

銘柄選びから、株価の水準、売りどき・買いどきがわかるチャート、絶好の買いの瞬間・売りの瞬間がつかめるトレンドライン、指標分析まで、株式投資の大事なところを図表などとともに説明します。



[369]災害

“今”からできる!日常防災

監修 永田宏和 [ほか]  
出版者 池田書店  
出版年 2019年4月  
ISBN 978-4-262-16036-8

災害による被害は、一人ひとりの備え次第で小さくすることができます。命、安全、生活を守るための備えや、災害時の判断に役立つ知識、応急手当や救助の方法などを、豊富なイラストで紹介し、やることリストも収録。



[459]鉱物・岩石

鉱物・岩石入門

著者 青木正博  
出版者 誠文堂新光社  
出版年 2011年11月  
ISBN 978-4-416-21138-0

鉱物の形・物性・生成から、人間が利用する鉱物、岩石の生成と姿、生活に役立つ岩石、鉱物の採集までを紹介。ページいっぱいの鉱物の写真や、火山や温泉等、鉱物ができつつある場所、鉱山の採掘切羽なども収録する。

生活における健康展示  
美しい身体になろう

まだまだ寒い日がつづく、季節。あたたかい部屋にこもって、体がまるくなっていませんか? 少しずつ身体を正して、美しい身体をとりもどそう!



[498]ヨガ

カンタン!すぐ効く!デスクトップヨガ

監修 龍村修  
出版者 自由国民社  
出版年 2013年7月  
ISBN 978-4-426-11661-3

デスクに座ったまま、呼吸しながら、手や指をまわしたりほぐしたりするだけ! 体の不調の改善から心身バランスの安定まで、さまざまな効果があるデスクトップヨガを紹介します。たまった疲れをリセットする風呂ヨガも掲載。



[781]ストレッチング

いや!というほど体ががたい人のためのらくらくストレッチ体操

著者 小林邦之  
出版者 新星出版社  
出版年 2014年6月  
ISBN 978-4-405-08676-0

体のかたさはあらゆる不調の原因となる可能性があります。体ががたい人に向けて、気になる部位の筋肉や関節のかたさをやわらげるストレッチ、頭痛や肩こりなどの不調を改善するストレッチを、写真で紹介し、ます。

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。

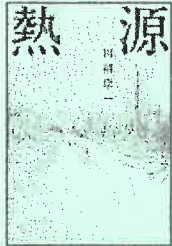
※「一般」展示は毎月テーマをかえています。

※「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。



[カ 585]  
日本の小説

## 熱源

著者 川越宗一  
出版者 文藝春秋  
出版年 2019年8月  
ISBN 978-4-16-391041-3

樺太で生まれたアイヌ、ヤマトネクフは故郷を奪われたポーランド人や、若き日の金田一京助と出会い、自らの生きる意味を見出し…。明治維新後、樺太のアイヌに何が起こっていたのか。アイヌの闘いと冒険を描く傑作巨篇。

### 第162回 直木賞受賞!

明治から昭和のはじめ、ロシアの迫害を受けるポーランド人と日本に翻弄されたアイヌの人たちの史実をもとにした壮大な歴史物語です。故郷を奪われ、それでも生きていくために生き方を変えていった人たちの熱く生きる姿が描かれています。



[720]絵画

## 絵を見る技術

著者 秋田麻早子  
出版者 朝日出版社  
出版年 2019年5月  
ISBN 978-4-255-01111-0

この絵の主役はどこ? バランスがいつてどういうこと? なぜ、その色なの? 絵の見方を、たくさんの練習問題をまじえて解説する。自分の美意識を自覚するためのワークシート付き。

視点を変えれば、名画の良さがさらに分かる! 絵には入口があり、絵の構造や配色、画面の位置、視線の誘導方法などこれらが理解できた時、名画がどうして名画と呼ばれるのかが分かってくるそうです。「絵を見る技術」があれば、美術館での鑑賞の仕方も変わってくるはず。新聞の書評にも掲載された話題の1冊です。



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。

## ◆ 令和元年の年間予約ランキング 大発表!

昨年も数多くの本が出版され、話題になった作品も少なくありません。この一年で人気のあった本を、予約数の多い順に並べてみました。

※平成31年1月～令和元年12月までの予約数をもとに集計しました。

	タイトル・著者・出版者	分類	受賞情報
1	『そして、バトンは渡された』 瀬尾まいこ 著 / 文藝春秋	小説	本屋大賞
2	『FACTFULNESS』 ハンス・ロスリング 著 / 日経 BP 社	知識・学問	テレビ・ニュース番組等で紹介
3	『希望の糸』 東野圭吾 著 / 講談社	小説	
4	『ノースライト』 横山秀夫 著 / 新潮社	小説	
5	『ぼくはイエローでホワイトで、ちょっとブルー』 ブレイディみかこ 著 / 新潮社	ノンフィクション	毎日出版文化賞特別賞 本屋大賞 ノンフィクション本大賞
6	『82年生まれ、キム・ジョン』 チョ ナムジュ 著 / 筑摩書房	海外小説	今日の作家賞
7	『一切なりゆき』(文春新書) 樹木希林 著 / 文藝春秋	俳優・女優	
8	『妻のトリセツ』(講談社+a新書) 黒川伊保子 編著 / 講談社	心理学	テレビ番組等で紹介
9	『平場の月』 朝倉かすみ 著 / 光文社	小説	山本周五郎賞
10	『むらさきのスカートの女』 今村夏子 著 / 朝日新聞出版	小説	芥川賞

## ◆ 予約サービスのご案内

読みたい本が図書館にない。そんな時はご予約が便利です。他の図書館に在庫があれば取り寄せることができます。貸出中であれば返却後に確保して用意します。

インターネットや館内の検索端末から予約ができます。また、図書館のカウンターや電話(1回の電話で2件まで)で申込みすることもできます。予約資料が用意できたらご希望の方法(メール・電話・連絡不要のいずれか)で連絡します。メール連絡は取置き期限の確認ができるので、オススメです。





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。

12月16日～1月15日の新着点数

一般図書 361冊

児童図書 228冊 ……計589冊



[382]風俗史

### モノのはじまりを知る事典

著者 木村茂光 [ほか] かばん、手帳、テレビ…。私たちの生活に身近なモノの誕生と変化、名前の由来、発明者などを通史的に解説。人がモノをつくり、モノもまた人の生活と社会を変えてきた歴史を伝える。豊富な図版や索引を収め、調べ学習にも最適。



[499]薬学

### 身近な「くすり」歳時記

著者 鈴木昶 屠蘇と七草、桜と月桂樹、紫蘇と薄荷、生姜と茗荷、柚子と南瓜…。古来から使われてきた身近な「くすり」である生薬・漢方薬を、12カ月の月別にあげ、行事や気候、文化・風習とともに歳時記として語る。



[779]大衆演芸

### 面白い人のことばかり!

著者 高田文夫 神田松之丞から和田アキ子、出川哲郎、ジャニー喜多川まで、業界きっての見巧者が「面白い人」60人について綴った人物コラム。立川志らく、爆笑問題、宮藤官九郎との秘話も収録。『週刊ポスト』掲載を加筆し書籍化

### 『温泉博士が教える最高の温泉』

著者 小林裕彦 / 出版 集英社

ISBN 978-4-08-786121-1 / [219]日本の紀行・案内記

### 『裏カジノディーラー』

著者 田村佳彰 / 出版 彩図社

ISBN 978-4-8013-0415-4 / [368]社会病理

### 『おもてなしが疲れる いつもの料理で人を招く』

著者 本多理恵子 / 出版 平凡社

ISBN 978-4-582-63226-2 / [596]食品・料理

### 『1秒で刺さることわざ・慣用句・四字熟語』

編者 話題の達人倶楽部 / 出版 青春出版社

ISBN 978-4-413-09735-2 / [BY]文庫 (その他)

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》

### 『単位のキホンがわかる本』

監修 長島秀樹 / 編著者 コンデックス情報研究所 / 出版 成美堂出版

ISBN 978-4-415-32682-5 / [600]産業

### 『キヨミさんのシニアの庭あそびアイデア』

著者 長澤浄美 / 出版 農山漁村文化協会

ISBN 978-4-540-18160-3 / [629]造園

### 『billboard を呼んできたサラリーマン』

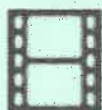
著者 北口正人 / 出版 ダイヤモンド・ビジネス企画

ISBN 978-4-478-08466-3 / [673]商業経営・商店

# 令和2年2月

日	月	火	水	木	金	土
						1 ルビナスおはなし会
2★	3	4	5 あかちゃんタイム おはなし会	6 休館日	7	8
9★	10	11★ 建國記念の日	12 あかちゃんタイム おはなし会	13	14	15 ルビナスおはなし会
16★	17	18	19 あかちゃんタイム おはなし会	20 休館日	21	22 工作会
23★ 天皇誕生日	24★ 振替休日	25	26 あかちゃんタイム おはなし会	27	28	29  映画会
		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】



映画会「父と暮せば」

2004年日本製作・99分

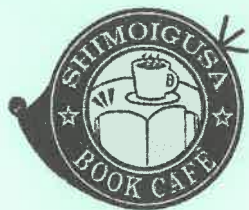
▶日時：2月29日(土) 午後2時から

▶定員：40名(申込順)

▶申込：2月16日(日)から受付開始



詳細は館内ポスター・チラシ、または  
図書館スタッフにお問い合わせください。



ブック カフェ  
下井草図書館だより **BOOK CAFE**  
令和2年2月号 (通巻131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

2020.2

※掲載している本の内容は「TRC MARC」より