

えいふくの
ほん だな

2013年5月号

本棚

This month's topic

手をとりにあつて

～杉並区春の自殺予防月間～



contents

- 2～3P…… 特集『手をとりにあつて
～杉並区春の自殺予防月間～』
- 4～5P…… 新着図書
- 6P…… 永福図書館よりお知らせ
- 7P…… 映画&イベント
- 8P…… カレンダー

特集コーナー

「手をとって」



今月は杉並区春の自殺予防月間です

心が疲れたな、やる気が起きないな、と感じた時、どんな風に心を休め、気持ちをたて直すか、そして心が疲れた人の側で寄り添うにはどうしたらいいのか、そのヒントになるような図書を集めました。

『脳からストレスを消す食事』

請求記号: A(ちくま新書 919) / 出版社: 筑摩書房
ISBN: 978-4-480-06621-3

武田英二【著】

私達がなにげなく口にしている食品の成分が、脳にどんな影響を与えているのか、そのメカニズムを解説すると共に、脳を健やかに保つ食事「ブレインフード」を提示しています。巻末の実践レシピを使って、脳がいきいきする食事法を試してみませんか!



『生きていることを楽しんで』

請求記号: 726 テノ / 出版社: メディアファクトリー
ISBN: 978-4-8401-1761-6

ターシャ・テューダー【著】

自分に自信がなかった子供時代。絵本を出版したことで自信が付き、今の自分に出来ることをして、小さな成果を積み重ねていった。日々の生活の中にある喜びに目を向け、心に伝わるメッセージをまとめた一冊です。



『死なないでいる理由』

請求記号: BY7 / 出版社: 角川学芸出版
ISBN: 978-4-04-407502-6

鷺田清一【著】

「あなたは何かができますか」と互いに「値踏み」しあうような生きづらいつら現代。そんな時代に生きる現代人の<いのち>の根っこの弱さ、壊れやすさの理由は都市生活の中にある。家族のかたちや老い、教育、医療など、身近な視角からやさしく解き明かす哲学エッセイ。

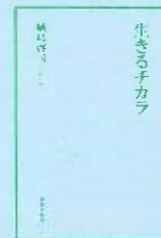


『生きるチカラ』

請求記号: 159 ウ / 出版社: 集英社
ISBN: 978-4-08-720549-7

植島啓司【著】

われわれの人生は小さな課題の連続で、無数の選択を強いられながら生きている。そこであなたが何よりも考えなければならないのは、生きるのに「正しい」も「間違い」もないということである。「生きるチカラ」はどこからやってくるのかをみんなと一緒に考える一冊。



○他にもこんな本がありました○

【苦手の処方せん】 奥田弘美(著)/保健同人社/141.6円

【やさしくできる傾聴】 中村有(著)/秀和システム/146円

【心のかたち、こころの歌】 きたやまおさむ(著)/講談社/493.7円

【生きるって人とつながることだ!】 福島智(著)/素朴社/914.77円

【弱い自分を好きになる本】 香山リカ(著)/朝日新聞出版/BYカ

【カウンセラーが語るモラルハラスメント】

谷本恵実(著)/晶文社/367.3円

【悩みの9割を消す技術】

田中ちひろ(著)/ダイヤモンド社/361.4円



新着図書

『あなたの知らない関東地方の名字の秘密』

請求記号: 281モ / 出版社: 洋泉社

ISBN:978-4-8003-0068-3

森岡浩【著】

東京を中心に全国から人が集まる関東地方も、細かく見てみるとその地域にしかない名字が存在する。本書はそれらについて、一族のルーツだけではなく、その名字に隠されている地域の歴史や文化をもみてみようというものである。



『生き抜くための地震学 京大人気講義』

請求記号: A (ちくま新書 1003) / 出版社: 筑摩書房

ISBN:978-4-480-06701-2

鎌田浩毅【著】

「3・11」から、研究者が学んだこと、日本列島でこれから起こること、そして日本に住み続けるために準備しなければならない事をわかりやすく説明しています。いずれ起こるかもしれないといわれている「次の震災」を「生き抜く」ための一冊です。



『小品絵画の魅力』

請求記号: 721カ / 出版社: 淡交社

ISBN:978-4-473-03857-9

川崎正継【著】

大好きな絵画を自宅に飾りたいと夢みたことはありませんか？明治から昭和までの日本画家作品の中で、現代の日常空間で楽しめる小品にスポットをあて、値段と共に紹介しています。小品絵画の持ち味を知ること、日本画が日常にぐっと近づいてきます。



コーナー

『仕事に使える感情コントロールの技術』

請求記号: 159ヨ / 出版社: 阪急コミュニケーションズ

ISBN:978-4-484-13201-3

吉澤ゆか【著】

大好きなことをしているときは、時間が過ぎるのが早く感じ、逆に嫌いなことは遅く感じたことはありませんか。感情をコントロールして、決められた時間をうまく使い、仕事の能率を上げる具体的な方法が紹介されています。



『観光地の自然学 ジオパークで学ぶ』

請求記号: 450コ / 出版社: 古今書院

ISBN:978-4-7722-3151-0

小泉武栄【著】

「ジオパーク」で、知的観光旅行をしてみませんか？隠岐や伊豆半島、足摺岬、佐渡ヶ島などの観光地を取り上げ、その地形・地質の成り立ちや自然の仕組み、変わった植物の分布などを図と写真入りで詳しく解説しています。自然の不思議を発見し、自然を楽しみましょう。



『本・子ども・絵本』

請求記号: 909ナ / 出版社: 大和書房

ISBN:978-4-479-75048-2

中川李枝子【著】

絵本好きならきっと誰でも手にしたことのある「ぐりとぐら」シリーズや「いやいやえん」など、児童書の分野で数々の名作を世に出した著者が、「近くにあって大事な三つ」と考える本のこと、子どものこと、絵本のことについて、その魅力を愛くるしい挿絵とともに綴った一冊。



図書館からのお知らせ

毎月開催！子ども向け行事のお知らせ

- 永福図書館では季節のイベントのほかにも、毎月様々な子ども向けの行事を行っています。どうぞお気軽にご参加ください。

★おはなしかい(毎週水曜日 午後3時より)

● 絵本の読み聞かせ・紙芝居などを中心に行っています。

✦あかちゃんタイム(毎週第2月曜日 11時~12時)

- あかちゃんとゆったり図書館ですごしましょう。周囲に気兼ねなく読みたい本を探せるように配慮します。また、11時から11時15分には、絵本の読み聞かせ・絵本の紹介・手遊び等を行っています。

♪0・1・2さいのわらべうたとえほんの会

わらべうたを唄って遊びましょう。

● 毎月第4月曜日 10時30分~11時(1・2さい)

● 11時30分~12時(0さい)

● ※「わらべうたとえほんの会」は事前予約制です。お気軽にお問い合わせください。

《ゴールデンウィークの開館について》

● 5月2日(木)は休館日です。5月3日(金)~6日(月)は祝日のため午後5時で閉館となります。ご来館の際はご注意ください。

今月の映画



14時からの
上映です。

5月4日(土)『ローマの休日』 118分

監督:ウィリアム・ワイラー

出演:グレゴリー・ペック/オードリー・ヘップバーン
エディ・アルバート 他

原題:Roman Holiday 製作年:1953年 製作国:アメリカ

● 小国の王女アンはヨーロッパの各国を親善旅行中。しかしローマを訪れたときには、連日の堅苦しいあいさつ、朝から晩までびっしりと埋まったスケジュールに嫌気がさしていた。そしてある晩、彼女はとうとう宿泊先を抜け出してしまう。身分を隠してローマを歩くうち新聞記者のジョーと知り合うが、王女と気づいたジョーはこのスクープをものにしようとする…。オードリー・ヘップバーンの魅力あふれるラブ・ストーリーの名作。

5月18日(土)『錆びた鎖』 95分

監督:齋藤武市

出演:小沢栄太郎/轟夕起子/小高雄二/赤木圭一郎 他

製作年:1960年 製作国:日本

● “渡り鳥”シリーズの齋藤武市監督と、日活のアクション俳優として小林旭、石原裕次郎に続く「第三の男」と呼ばれた赤木圭一郎が初顔合わせで挑んだアクション映画。横浜港の荷役作業を扱う会社を乗っ取ろうと企むヤクザから企業の経営を守るため、殺された社長の息子が立ち上がった。

児童向け映画は

● 5月11日(土)『ひとまねこざる』 40分

● 5月25日(土)『15少年漂流記』 70分

【永福図書館カレンダー】

5月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			おはなし会	休館日		映画会
5	6	7	8	9	10	11
			おはなし会			映画会
12	13	14	15	16	17	18
	赤ちゃんタイム		おはなし会	休館日		映画会
19	20	21	22	23	24	25
			おはなし会			映画会
26	27	28	29	30	31	
	わらべうた		おはなし会			

 午後5時閉館

 休館日

開館時間

月曜～土曜 午前9時～午後8時
日曜、祝日 午前9時～午後5時

休館日

第1・第3木曜日
(木曜日が祝日の場合は翌日)

information

映画会 毎週土曜日午後2時からスタート
場所：地下講座室

おはなし会 毎週水曜日午後3時からスタート
場所：児童室絵本コーナー

※表紙画像は、出版社の許諾を得て掲載しています。



えいふくの本棚 2013年5月号（通巻191号）

編集・発行：杉並区立永福図書館

【杉並区立永福図書館】

〒168-0064 東京都杉並区永福4-25-7

☎ 03-3322-7141