



ろ とう ぎくら 魯 桃 桜

編集・発行 長野市立長野図書館

〒380-0843 長野市長門町 1097-3
https://library.nagano-ngn.ed.jp/

電話 026-232-3558



ラジオ体操の日

2018年(平成30年)にラジオ体操制定90周年を記念し、保険会社が11月1日を「ラジオ体操の日」に制定しました。ラジオ体操は、昭和天皇ご即位の大礼を記念して、逓信省簡易保険局が1928年(昭和3年)に「国民保健体操」という名称で、国民の健康保持増進を目的とし制定されました。11月1日の朝7時、東京中央放送局で初めてラジオ体操が放送されました。戦後は、放送中止や新ラジオ体操が作られたりしましたが、1951年(昭和26年)に一般向けとして「ラジオ体操第一」が誕生し、



翌年には職場向けで「ラジオ体操第二」が作られました。それから現在まで「いつでも、どこでも、だれでも」

取り組める体操として、多くの方に親しまれています。



ラジオ体操といえば、小学生の夏休みは朝6時半前に町内に集合し、ラジオ体操をした経験が誰しもあるのではないのでしょうか。数年前には、

ラジオ体操ブームが到来しました。ラジオ体操は、なんとなく体を動かしがちですが、意識して正しく行えば健康増進や老化防止に高い効果があると言われています。

コロナ禍で体を動かす機会が減りました。体がなまっている時やストレスが溜まった時など、ラジオ体操で気分をリフレッシュしてみたいはいかがでしょうか。

～11月のテーマ本～ 感染症

世界中で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症。2019年末、中国の武漢で最初に確認されてから来月で2年になります。ワクチン接種が広がっていますが第6波が来るといわれていますし不安な状況は続きそうです。また、今シーズンはインフルエンザが流行する可能性があるという報道されていました。ウイルスから身を守るための一助になればと思います。



9月・10月発表の主な文学賞

- | | |
|--------------------|--------------------------------|
| 第8回 料理レシピ本大賞<料理部門> | 『カレンの台所』 滝沢カレン 《596 タ》 |
| // <お菓子部門> | 『もっと!魔法のてぬきおやつ』 てぬキッチン 《596 テ》 |
| 第34回 柴田錬三郎賞 | 『類』 朝井まかて 《Fア》 |
| // | 『正欲』 朝井リョウ 《Fア》 |
| 第101回 オール読物新人賞 | 『装束糸の木』 出崎哲弥 |
| | ※『オール読物』2021年11月号《雑誌コーナー》に掲載 |
| 第34回 小説すばる新人賞 | |
| 『コーリング・ユー』 永原 皓 | ※『小説すばる』2021年11月号《雑誌コーナー》に掲載 |
| 第53回 新潮新人賞 | |
| 『彫刻の感想』 久栖博季 | ※『新潮』2021年11月号《雑誌コーナー》に掲載 |

『地図と写真でみる半藤一利「昭和史 1926-1945」』

地理情報開発／編 平凡社 《210.7 千》
昭和の歴史を語り継ぐことに一生を捧げた作家・半藤一利が自ら昭和史を語った「昭和史 1926-1945」の副読本。彼が説明を省いた部分などを補完するとともに、秘蔵写真や人物相関チャート、地図群等をまとめる。

『最後の一年』

毎日新聞運動部／著 毎日新聞出版 《780 サ》
大会中止に追い込まれた苦悩、先行き不透明な状況への戸惑い、募る焦り…。競技生活の集大成となる最終学年選手たちに焦点を当て、逆境をバネに歩み続ける彼らの胸中に迫る。『毎日新聞』ニュースサイトと記事の連載を書籍化。

『野菜はやわらかく煮るほどおいしい』

飛田和緒／著 グラフィック社 《596 ヒ》
白菜と豚バラ肉の煮込み、春野菜とあさりだしのポトフ、パプリカのバルサミコ酢煮…。舌でつぶせるほどやわらかく煮込んだ野菜料理のおいしいレシピを紹介します。

『解きたくなる数学』

佐藤雅彦／ほか著 岩波書店 《410 ト》
「ピタゴラスイッチ」制作メンバーが作った、論理的思考が身につく数学問題集。「鳩の巣原理」「三角不等式」「数学的帰納法」などを魅力的な写真とグラフィックで表現した、全 23 問を収録する。

『7.5 グラムの奇跡』

砥上裕将／著 講談社 《F ト》
北見眼科医院の面接を受けた野宮恭一は、おおらかな院長のもと視能訓練士として働き始め…。働き学びながら「見える」ことの大切さを実感し成長する青年の姿を描く。『メフィスト』掲載に書き下ろしを加えて単行本化。

『月夜の羊』

吉永南央／著 文藝春秋 《F ヨ》
コーヒー豆と和食器の店「小蔵屋」を営む草は、朝の散歩の途中、「たすけて」と書かれたメモを拾う。その日の夕、女子中学生が行方不明になるが、のちに家出と判明し一件落着。では、助けを求めているのは…。シリーズ第 9 弾。

新着CD

- ♪ 空と大地のノスタルジア 《763 シ》
- ♪ たそがれてケーナ 《763 テ》
- ♪ 大怪獣ガメラ+ 《778 タ》
- ♪ ゴーストバスターズ 《778 ハ》
- ♪ 葉っぱのフレディ 《913 ハ》



観たり聴いたり

新着CDから
ピックアップ

『KOTOKOTO FANTASIA』 《763 ウ》

ルーツを同じくする中国二十一弦古箏と日本二十五絃箏、異なる音を発するそれぞれの箏が一つに溶け合い、きらめく星のように輝き、美しい音色を響かせます。中国と日本のお箏が奏でる、たおやかなで新しい音楽の世界を堪能できるCDです。

図書館カレンダー

■ … 休館日

11 月							12 月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6				1	2	3	4
7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11
14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18
21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25
28	29	30					26	27	28	29	30	31	

～今月の映画上映会は中止します～

新型コロナウイルス感染防止のため、映画上映会は当面の間中止しております。今後につきましては、決まり次第ホームページ等でお知らせいたしますのでお待ちください。

★開館時間 平日 9:45-19:00
土・日・祝 9:45-18:00